

TIERRA

A CORUÑA, FOOD AND TRAVEL INSANITY



qué ver · qué comer · what to see · what to eat

Descanso, relajación, diversión, deporte y salud en un mismo espacio. Descubre el único **Centro de Talasoterapia urbano** de Galicia donde además podrás disfrutar de todos los beneficios del agua de mar a través de una gran canalización que recorre los 600 metros que nos separan del Océano Atlántico.

Un **agua de mar** calentada a temperatura similar a la del cuerpo humano para que las sales minerales, lodos, algas y demás elementos del agua puedan generar sus efectos terapéuticos.

Ven y llénate de energía positiva.



vive
un mar
de
sensaciones

Nos identificamos con las personas y con su individualidad. Por eso ponemos toda nuestra atención humana y técnica para enriquecer tu mundo y descanso con **tratamientos de última generación** y terapeutas altamente cualificados. Entra en nuestra web y **descubre el tratamiento que se ajusta a ti.**

Y si quieres combinar la relajación con salud, no puedes perderte nuestras instalaciones para hacer ejercicio físico, con **piscina, actividades dirigidas, sala fitness...** todo lo que quieras para disfrutar de tu **bienestar en el sentido más amplio.**



CONTENIDOS Y SUGERENCIAS

galicia@revistatierra.com
675912131

SÍGUENOS ONLINE
revistatierra.com

STAFF

DIRECTOR:
José Ramón de Pablo

COORDINACIÓN Y GERENCIA
Waldo Castro

DIRECTORA DE CUENTAS:
Victoria Caglio

DEPARTAMENTO COMERCIAL:
Santiago Palomeque, Carlos Regueiro

REDACCIÓN: *María Salas, Waldo Castro, Marta Reguera*

TRADUCCIÓN:
Alicia Carrero Ruíz

FOTOGRAFÍA:
Carlota Fariña, Antonio Sanjurjo, Ollomol audiovisual

MAQUETACIÓN:
disseny&rauxa

ADMINISTRACIÓN:
Carolina Bárcena

revistatierra.com

TIERRA

A CORUÑA, FOOD AND TRAVEL INSANITY



qué ver - qué comer - what to see - what to eat

ESPAÑOL / ENGLISH

Esta revista está disponible en habitaciones de hoteles y balnearios de la provincia de A Coruña, establecimientos seleccionados y oficinas de turismo.

GLOSARIO DE ICONOS · ICONS GLOSSARY

☺ Restaurante / Restaurant · ☺ Tapas / Tapas · ☺ Terraza / Terrace · ☺ Copas / Drinks · ☺ Celíacos / Celiacs

COLABORA



TIERRA es una publicación anual. La Dirección de la Revista no se responsabiliza de las opiniones aquí publicadas de terceros.

Edita:

Grupo Go Ediciones S.L.

20.000 ejemplares auditados por la

DIRECCIÓN GENERAL: *José Ramón de Pablo*

© TIERRA. Todos los derechos reservados. Todo el material de esta publicación no debe ser reproducido, editado o transmitido total o parcialmente por cualquier otro medio en cualquier otro soporte sin la previa autorización de Grupo Go Ediciones S.L.

TIERRA se reserva el derecho de aceptar o rechazar cualquier artículo o material y de editar éste previo a la publicación

Las Rías Altas

UN ROAD TRIP ENTRE LEYENDAS, PAISAJE E HISTORIA

A ROAD TRIP AMONG LEGENDS, LANDSCAPE, AND HISTORY

Estamos ante una de las provincias más ricas de la Península. Una tierra bendecida con para-
jes naturales impresionantes, villas marineras
encantadoras, una gastronomía para recordar
cada bocado, museos en los que descubrir la cultura y
el pasado de Galicia, fiestas tradicionales y ciudades tan
cosmopolitas y bonitas como Santiago de Compostela,
Patrimonio Mundial por la UNESCO, a la que acuden
miles de personas en peregrinación recorriendo el Ca-
mino de Santiago hasta su afamada catedral, una de las
más bonitas de Europa. Es un verdadero museo al aire
libre con sus callejuelas, plazas como la de Cervantes,
da Quintana o la plaza de Praterías, hermosos palacios y
su centenar de iglesias. Cada esquina de la ciudad guar-
da algún rincón mágico.

En la provincia incluso se puede llegar hasta el fin del
mundo, Fisterra, según las leyendas, y donde los pere-
grinos van buscando el fin de la ruta Xacobeá.

UNA PROVINCIA CON UN PATRIMONIO
NATURAL, HISTÓRICO Y CULTURAL
INNEGABLE

Viajar a pequeños pueblos y aldeas en entornos natura-
les es una de las mejores formas de conocer la provincia.
Solo hace falta poner rumbo a destinos como Betanzos,

We find ourselves in one of the richest
provinces on the Peninsula. It is a land
blessed with breathtaking natural lands-
capes, enchanting coastal villages, and
a gastronomy that leaves a lasting impression with
every bite. Museums unveil the culture and history
of Galicia, while traditional festivals and cosmopoli-
tan cities like Santiago de Compostela, a UNESCO
World Heritage site, draw pilgrims walking the Ca-
mino de Santiago to its renowned cathedral. It is a
real open-air museum with narrow streets, squares
like Cervantes, da Quintana, or Praterías, beautiful
palaces, and a hundred churches. Every corner of the
city holds some magical spot.

The province even claims to reach the end of the world,
Fisterra, according to legends, where pilgrims seek the
culmination of the Jacobean route.

A PROVINCE WITH UNDENIABLE
NATURAL, HISTORICAL, AND CULTURAL
HERITAGE

Traveling to small towns and villages in natural settings
is one of the best ways to explore the province. Just
set your course for destinations like Betanzos, the
former capital of the Kingdom of Galicia, declared







antigua capital del Reino de Galicia y declarada Conjunto Histórico-Artístico, con un riquísimo patrimonio artístico; Noia, con sus edificios gótico-marineros y el encanto medieval de su casco antiguo; el pueblo marinero de Muros, donde perderse por las calles empedradas del centro histórico, además de disfrutar de un refrescante baño en alguna de sus playas cercanas como Carnota y Lariño; la villa marinera Pontedeume, con el Parque Natural de las Fragas do Eume -exuberante y misterioso bosque lleno de secretos- como bandera, y el Torreón de los Andrade como seña de identidad, que ofrece un patrimonio histórico y natural digno de descubrir.

Otra referencia es Ferrol, marcada por sus astilleros y por la reconversión industrial. Su importante historia naval y militar se refleja en sus numerosos museos y fortalezas.

Cedeira destaca por tener los acantilados más altos de Europa y Ortigueira es donde se encuentra el banco más bonito del mundo, con unas vistas de infarto.

La capital, A Coruña, conocida como la “Ciudad de Cristal”, es uno de los imprescindibles. Es una ciudad vibrante y con un corazón callejero, considerada el epicentro gastronómico del noroeste peninsular. No obstante, también tiene lugar para la historia el Castillo de San Antón, que alberga el Museo Arqueológico e Histórico, la Colegiata de Santa María, la monumental plaza de María Pita, y su santo y seña, la Torre de Hércules, el faro romano más antiguo en funcionamiento del mundo y Patrimonio Mundial de la UNESCO.

La provincia destaca por un litoral salvaje y bravo en sus casi 1000 km de costa, bajo un sobrenombre que impone: Costa da Morte, con grandes historias de trágicos naufragios y asedios. Puedes recorrerlo visitando sus faros, desde la mítica Torre de Hércules, en la ciudad de Coruña, al de Estaca de Bares, el punto más septentrional de España.

EL VERDE INTENSO DE SUS BOSQUES,
LA BRISA DEL MAR Y LOS PINTORES-
COS PUEBLOS MARINEROS Y MEDIE-
VALES DE LA PROVINCIA TE HARÁN
SOÑAR DESPIERTO.

Disfrutar de una perfecta puesta de sol con el mar como telón de fondo es un plan que nunca falla. La provincia presenta un amplio abanico de miradores donde disfrutar de atardeceres de infarto como el mirador de Cordeda en Culleredo, donde ver la ría en su esplendor o

a Historical-Artistic Ensemble, with a rich artistic heritage; Noia, with its Gothic-maritime buildings and the medieval charm of its old town; the fishing village of Muros, where you can wander through the cobbled streets of the historic center and enjoy a refreshing swim at nearby beaches like Carnota and Lariño; the coastal town of Pontedeume, with the Fragas do Eume Natural Park, a lush and mysterious forest full of secrets, as its emblem, and the Tower of the Andrade family as its hallmark, that offers a historical and natural heritage worth discovering.

Another notable location is Ferrol, marked by its shipyards and industrial restructuring. Numerous museums and fortresses reflect the significant naval and military history.

Cedeira stands out for having the highest cliffs in Europe, while Ortigueira boasts the world’s most beautiful bench, offering breathtaking views.

The capital, A Coruña, known as the “Glass City,” is a must-visit. It is a vibrant city with a bustling street life, considered the gastronomic epicenter of the northwest of the Peninsula. But the San Antón Castle also has its share of history, housing the Archaeological and Historical Museum, the Collegiate Church of Santa María, the monumental María Pita Square, its hallmark, and the Tower of Hercules, the world’s oldest functioning Roman lighthouse and a UNESCO World Heritage site.

The province stands out for its wild and rugged coastline along its almost 1000 km of shore, under the imposing nickname Costa da Morte, with tales of tragic shipwrecks and sieges. You can explore it by visiting its lighthouses, from the mythical Tower of Hercules, in the city of A Coruña, to Estaca de Bares, the northernmost point of Spain.

THE INTENSE GREEN OF ITS FORESTS,
THE SEA BREEZE, AND THE PICTURESQUE
COASTAL AND MEDIEVAL VILLAGES WILL
MAKE YOU DAYDREAM.

Enjoying a perfect sunset with the sea as a backdrop is a plan that never fails. The province offers a wide range of viewpoints to enjoy breathtaking sunsets, such as the Cordeda viewpoint in Culleredo, where you can see the estuary in all its splendor, or the Santa Ana viewpoint in Oleiros, with a beautiful chapel and an unforgettable setting. On the cliffs of Loiba, you can experience the



el mirador de Santa Ana en Oleiros, con una preciosa capilla y un entorno inolvidable. En los acantilados del Loiba podrás vivir de primera mano el atardecer cayendo sobre la furia del Atlántico y en Cabo Prior (Ferrol) asombra la belleza del espectáculo de la naturaleza. Y no podían faltar los acantilados da Serra Capelada, desde el Mirador de Vixía Herbeira (620 m), solo superados en altura por los fiordos noruegos en Europa.

También el interior de la provincia se caracteriza por su belleza, ofreciendo al visitante increíbles paisajes rurales y montañosos. Destacan espacios como la Reserva de la Biosfera As Mariñas Coruñesas e Terras do Mandeo, el Parque Natural de las Fraguas do Eume, una impresionante reserva natural de bosque atlántico con frondosos bosques, ríos y senderos para explorar la naturaleza. Parajes indescriptiblemente bellos como las Dunas de Corrubedo, uno de los enclaves paisajísticos más significativos del patrimonio natural de Galicia, o la cascada del Ézaro, un salto de agua de 40 metros de altura que desemboca directamente en el océano Atlántico, al que muchos consideran “el Niágara gallego”.

Además, la provincia conserva un importante legado patrimonial y espiritual, especialmente en el Monasterio de Caaveiro, o el Monasterio de Santa María de Sobrado dos Monxes, cerca de la laguna de Sobrado, uno de los más impresionantes de Galicia con una rica historia y una arquitectura envidiable.

El Castillo de Santa Cruz en Oleiros, situado en una pequeña isla a la que podrás acceder por una pasarela de madera, o el Castillo de Vimianzo del siglo XIII, uno de los castillos más importantes de Galicia.

El dolmen de Dombate, en Cabana de Bergantiños, es considerado la catedral de la arquitectura megalítica en Galicia.

Y cómo no hacer mención al bello y místico Castro de Baroña, un antiguo poblado del siglo I a. C., una de las grandes joyas de Galicia, especialmente en las puestas de sol.

COSTA SALVAJE Y ACANTILADOS DE RÉCORD, PUEBLOS MÁGICOS Y MARINEROS, FAROS IMPOSIBLES Y CASTILLOS FORTIFICADOS... EL PARAÍSO SOÑADO.

sunset over the fury of the Atlantic, and at Cabo Prior, in Ferrol, astound the beauty of nature’s wonders. One cannot forget the Cliffs of Serra Capelada, from the Vixía Herbeira viewpoint (620 m), only surpassed in height by the Norwegian fjords in Europe.

The inner part of the province is also characterized by its beauty, offering visitors incredible rural and mountainous landscapes. Noteworthy spaces include As Mariñas Coruñesas e Terras do Mandeo Biosphere Reserve, Fragas de Eume Natural Park, an impressive natural reserve of Atlantic forest with lush forests, rivers, and trails to explore nature. Inexpressibly beautiful spots like the Corrubedo Dunes, one of the most significant scenic sites in Galicia’s natural heritage, or the Ézaro Waterfall, a 40-meter-high waterfall that flows directly into the Atlantic Ocean, considered by many as the “Galician Niagara.”

Additionally, the province preserves an important heritage, both patrimonial and spiritual, especially in the Caaveiro Monastery or the Santa María de Sobrado dos Monxes Monastery, near the Sobrado lagoon, one of the most impressive in Galicia with a rich history and enviable architecture.

The Santa Cruz Castle in Oleiros, located on a small island accessible by a wooden walkway, or the Vimianzo Castle, dating back to the 13th century, is one of the most important castles in Galicia.

The Dombate Dolmen in Cabana de Bergantiños is considered the cathedral of megalithic architecture in Galicia.

And not to forget the beautiful and mystical Castro de Baroña, an ancient settlement from the 1st century B.C., one of Galicia’s great treasures, especially at sunset.

WILD COASTLINES, RECORD-BREAKING CLIFFS, MAGICAL AND SEAFARING VILLAGES, IMPOSSIBLE LIGHTHOUSES, AND FORTIFIED CASTLES MAKE IT A DREAM PARADISE.





El río Anllóns en A Costa da Morte

NATURALEZA Y GASTRONOMÍA DE ENSUEÑO

NATURE AND DREAM GASTRONOMY

Hay lugares que no se olvidan porque vuelven a tu memoria una y otra vez, grabándose en nuestras vidas de forma permanente. La comarca de Bergantiños es uno de esos lugares enmarcados en el paraíso particular de A Costa da Morte, punto más occidental del continente europeo y tierra llena de misterios y leyendas.

Desde la Serra de Montemaioir hasta la desembocadura en el Atlántico, paisaje y patrimonio se entremezclan en perfecta armonía a través de un importante curso fluvial, el río Anllóns. Arteria principal de la comarca de Bergantiños, en un viaje de casi 55 km, sus aguas conectan en armonía los municipios de A Laracha, Carballo, Coristanco, Cabana de Bergantiños y Ponteceso, conformando, en conjunto, uno de los tesoros naturales de Galicia.

Las orillas del río Anllóns invitan a hacer excursiones entre su vegetación de ribera hasta la Enseada da Ínsua, donde la agitada costa busca descanso en el estuario del río, un lugar de gran belleza e importancia ecológica.

Si eres aficionado a la naturaleza podrás descubrir el encanto de sus paisajes, escuchando el arrullo del agua y el murmullo de las hojas, a través de senderos y miradores que te llevarán a conocer rincones ocultos.

Te proponemos una ruta por cinco espacios íntimos de hermosos parajes, donde los colores del mar se adentran en la tierra, recorriendo el patrimonio, la gastronomía, la biodiversidad y otros recursos de una comarca única.

There are places you never forget because they come back to your memory again and again, engraving themselves in our lives permanently. The Bergantiños region is one of those places framed in the particular paradise of A Costa da Morte, the westernmost point of the European continent, a land full of mysteries and legends.

From the Serra de Montemaioir to the mouth at the Atlantic, landscape and heritage intermingle in perfect harmony through an important river, the Anllóns River. In the Bergantiños region, in a journey of almost 55 km, its waters harmoniously connect the municipalities of A Laracha, Carballo, Coristanco, Cabana de Bergantiños, and Ponteceso, forming together one of Galicia's natural treasures.

The banks of Anllóns River invite you to go on excursions through its riverside vegetation to Enseada da Ínsua, where the restless coast seeks rest in the river estuary, a place of great beauty and ecological importance.

If you are a nature lover, you can discover the charm of its landscapes by listening to the murmur of water and the rustling of leaves through trails and viewpoints that will take you to hidden corners.

We propose a route through five intimate spaces of beautiful landscapes where the colors of the sea penetrate the land, touring the heritage, gastronomy, biodiversity, and other resources of a unique region.







UN RÍO DONDE EL VERDOR DEL PAISAJE SE FUNDE PROGRESIVAMENTE CON EL AZUL Y LA BLANCA ARENA DE SU ESTUARIO

Todo el río Anllóns está declarado ZEC (Zona de Especial Conservación). La vegetación cumple un papel ecológico fundamental para ayudar a conservar el río y su biodiversidad: diversifica el paisaje, filtra sus aguas y forma un corredor natural que da vida a especies como la nutria, la ardilla, el zorro, el sapo corredor, las salamandras amarilla y rabilarga o los lagartos verdinegro y arnal.

Además, en el transcurso del río existen varios cotos de pesca, sobre todo de trucha, que atraen a numerosos pescadores. Las lampreas, los reos o la angula en su desembocadura también fueron especies muy abundantes degustadas en restaurantes y casas de comida de la zona.

A LARACHA

Paseo fluvial de Gabenlle

La ruta dos muíños de A Laracha discurre en parte sobre pasarelas de madera y siempre a orillas del río Anllóns. Es un paseo de gran belleza paisajística que pone en valor los viejos molinos de agua. El primero de estos ingenios hidráulicos es Muíño Grande de Gabenlle, cerca de un área recreativa donde incluso es posible darse un chapuzón. Siguiendo el sendero se llega hasta Muíño das Pezas, que muestra la pericia de nuestros antepasados para sacar el máximo rendimiento a la fuerza del agua.

En el patrimonio del municipio de A Laracha también destacan santuarios de renombre como Santa Margarida de Montemaior, el monasterio medieval de San Pedro de Soandres y, sobre todo, el Santuario dos Milagres de Caión, con su romería a principios de septiembre. Tampoco podemos obviar su riqueza arqueológica con el menhir o pedrafita de Erboedo o el castro de Montes Claros, en proceso de estudio y excavación.

CARBALLO

La arquitectura del pan

Carballo es la capital de Bergantiños y no tendría razón de ser sin Anllóns y sus molinos harineros. Es famoso y valorado su pan, muy presente en la oferta gastronómica.

El recorrido comienza en el Muíño da Cheda,

A RIVER WHERE THE GREENERY OF THE LANDSCAPE GRADUALLY MERGES WITH THE BLUE AND WHITE SAND OF ITS ESTUARY

The entire Anllóns River is declared a SAC (Special Conservation Area). Vegetation plays a fundamental ecological role in helping to conserve the river and its biodiversity: it diversifies the landscape, filters its waters, and forms a natural corridor that gives life to species such as otters, squirrels, foxes, natterjack toads, fire and gold-striped salamanders, and emerald and ocellated lizards.

Additionally, several fishing preserves, especially for trout, exist along the river, which attract numerous anglers. Lampreys, reos, or eels at its mouth were also very abundant species enjoyed in restaurants and eateries in the area.

A LARACHA

Gabenlle Riverside Walk

The route of the A Laracha mills runs in part on wooden walkways always along the Anllóns River. It is a walk of great scenic beauty that highlights the old water mills. The first of these hydraulic devices is Muíño Grande de Gabenlle, near a recreational area where it is possible to take a dip. Following the path leads to Muíño das Pezas, which shows our ancestor's skill in maximizing the power of water.

In the heritage of the municipality of A Laracha, shrines of renown stand out, such as Santa Margarida de Montemaior, the medieval monastery of San Pedro de Soandres, and especially the sanctuary Milagres de Caión, with its pilgrimage in early September. We cannot overlook its archaeological richness with the menhir or pedrafita of Erboedo or the Montes Claros hillfort, in the process of study and excavation.

CARBALLO

The Architecture of Bread

Carballo is the capital of Bergantiños and would not make sense without Anllóns and its flour mills. Its bread is famous and highly valued, very present in the gastronomic offer.

Our journey begins at Muíño da Cheda, a centuries-old construction that is practically intact.





construcción centenaria que se conserva prácticamente intacta. A partir del puente de Bértoa, la ruta discurre por el Bosque de Añón, donde la vegetación de abedules, alisos, sauces y robles, entre otros, nos lleva al parque do San Martiño y al Muíño do Quinto, que conserva casi intactos sus mecanismos de funcionamiento.

En el centro de Carballo merece la pena pasar unos días en su balneario de aguas termales o descubrir los numerosos murales de arte urbano que interactúan con el espectador como si de un museo al aire libre se tratase. Otras visitas que merecen la pena son el Museo de Bergantiños, el Espacio Natural Razo Baldaio en la costa y las cascadas de Rus y Entrecruces en el interior.

CORISTANCO

Refuxio de Verdes

Coristanco, conocido como vergel de Bergantiños, es una tierra fértil donde el agua discurre por innumerables riachuelos hasta llegar al río Anllóns, que riega parte de los terrenos que hacen crecer la famosa patata con IGP (Indicación Geográfica Protegida) con su Fiesta de Interés Turístico a mediados de septiembre.

La mezcla de tierras de labranza con los bosques de ribera da forma a un paisaje humanizado salpicado de túmulos, castros, molinos, hórreos, puentes, pazos e iglesias.

En Anllóns, tras bordear un pequeño y escarpado monte, se puede descubrir uno de los rincones más bellos de la comarca, Refuxio de Verdes, un espacio natural y área recreativa de interés paisajístico y patrimonial con viejos molinos de agua, algunos adaptados para disfrutar de un buen picnic. El agua y la vegetación, en estrecha alianza, se entrecruzan en bulliciosos canales bajo pasarelas y puentes de madera.

Este espacio invita a disfrutar del senderismo. Aconsejamos la ruta desde el Muíño de Pose hasta los de Salgueiroas. Desde aquí, otra senda más corta nos lleva hasta Pontedona, antiguo puente de piedra declarado Bien de Interés Cultural.

PONTECESO

La desembocadura en tierras de Pondal

En Ponteceso, la llegada de Anllóns al mar dibuja una de las imágenes más espectaculares. Aquí se forma el espacio natural de Ensenada da Ínsua, donde la acumulación de sedimentos fluviales

From the Bértoa bridge, the route passes through the Añón Forest, where the vegetation of birches, alders, willows, and oaks, among others., leads us to San Martiño Park and Muíño do Quinto, which preserves its operating mechanisms almost intact.

In the center of Carballo, it is worth spending a few days at its thermal spa or discovering the numerous urban art murals that interact with the viewer as if it were an open-air museum. Other visits worth mentioning are the Museum of Bergantiños, the Razo Baldaio Natural Space on the coast, and the Rus and Entrecruces waterfalls.

CORISTANCO

Refuxio de Verdes

Coristanco, known as the orchard of Bergantiños, is a fertile land where water flows through countless streams until it reaches the Anllóns River, which irrigates part of the lands that grow the famous PGI (Protected Geographical Indication) potatoes and is declared Festival of Tourist Interest in mid-September.

The mixture of farmland with riverside forests shapes a humanized landscape dotted with mounds, hillforts, mills, granaries, bridges, manors, and churches.

In Anllóns, after going along a small and steep mountain, you can discover one of the most beautiful corners of the region, Refuxio de Verdes, a natural space and recreational area of scenic and heritage interest with old water mills, some adapted for a good picnic. Water and vegetation, in a close alliance, intersect in bustling channels under wooden walkways and bridges.

This space invites you to enjoy hiking. We recommend the route from Muíño de Pose to Muíño de Salgueiroas. From here, another shorter path takes us to Pontedona, an old stone bridge declared a Cultural Heritage site.

PONTECESO

The River Mouth in Pondal

In Ponteceso, the arrival of Anllóns at the sea draws one of the most spectacular images. Here, the natural space of Ensenada da Ínsua is formed, where the accumulation of river and marine sediments creates a complex coastline of special importance for migratory birds (Special Protection Area for Birds).



y marinos forma un complejo litoral de especial importancia para las aves migratorias (Zona de Especial Protección para las Aves).

La zona es un destino fundamental de turismo ornitológico a donde acuden tanto aficionados como especialistas. Dispone de dos observatorios: el mirador José Luis Rabuñal Patiño (Cabana de Bergantiños) y Eduardo Pondal (Ponteceso).

Si partimos desde la casa del poeta Eduardo Pondal, autor de la letra del himno gallego y gran conocedor del territorio a través de su poesía, la senda discurre por el malecón de O Couto y la ladera de Monte Branco. Este mítico y literario monte está cubierto por fina arena elevada por el viento hasta sus laderas formando una de las dunas más altas de Europa, con 192 metros. Desde aquí merece la pena disfrutar las impresionantes vistas de la desembocadura en la ría de Corme y Laxe.

El camino sigue bordeando el sistema dunar de casi 2 km de longitud conocido como A Barra. Este espacio, que protege la ensenada de la fuerza del mar, nos lleva por la costa rocosa hasta la acogedora playa de Balarés.

CABANA DE BERGANTIÑOS

Senda do Anllóns y Rego dos Muíños

En el margen izquierdo de la Enseada da Ínsua, el concello de Cabana de Bergantiños se hace mar, un balcón que contempla en la distancia el fuerte oleaje de A Costa da Morte. Desde Ponteceso, un agradable paseo de casi 4 km por la Senda do Anllóns permite observar gran variedad de aves migratorias e incluso a la Agrupación de Mariscadoras Río Anllóns, sembrando y recogiendo de forma sostenible el sabroso berberecho.

Termina la senda y da inicio otra pequeña ruta, de 3,5 km, por el Rego dos Muíños, último afluente del Anllóns. Este regato debe su nombre al conjunto formado por 24 molinos que aprovechaban la fuerza del agua para moler maíz y trigo. Es una interesante ruta que nos lleva hasta el castro de Borneiro, uno de los poblados prerromanos más antiguos (siglo VI a. C) y mejor conservados de Galicia, en el que se descubrieron restos de romanización.

A dos kilómetros del castro es obligada la visita a otra joya prehistórica del concello, el dolmen de Dombate. Conocido como “catedral del Megalitismo”, un centro arqueológico protege este monumento funerario del Neolítico, que guarda en su interior pinturas de hace 5000 años, gran parte de su túmulo, así como restos de otro dolmen más antiguo.

The area is a fundamental destination for ornithological tourism, attracting enthusiasts and specialists. It has two viewpoints: José Luis Rabuñal Patiño (Cabana de Bergantiños) and Eduardo Pondal (Ponteceso).

If we start from the house of the poet Eduardo Pondal, author of the lyrics of the Galician anthem and a great connoisseur of the territory through his poetry, the path runs along the O Couto boardwalk and Monte Branco hillside. Fine sand lifted by the wind to its slopes covers this mythical and literary mountain, forming one of the tallest dunes in Europe, with 192 meters. From here, it is worth enjoying the breathtaking views of the river mouth in ría de Corme and Laxe.

The path continues along the rocky coast through the almost two km-long dunes known as A Barra. This space, which protects the cove from the force of the sea, takes us along the rocky coast to the welcoming Balarés beach.

CABANA DE BERGANTIÑOS

Senda do Anllóns and Rego dos Muíños

On the left bank of the Enseada da Ínsua, the municipality of Cabana de Bergantiños becomes sea, a balcony overlooking the distant strong waves of A Costa da Morte.

From Ponteceso, a pleasant walk of almost 4 km along the Senda do Anllóns allows you to observe different types of migratory birds and even the shellfish association of Anllóns River, sowing and harvesting the tasty cockle sustainably.

The path ends, and another short route of 3.5 km begins along the Rego dos Muíños, the last tributary of the Anllóns. This stream owes its name to the set of 24 mills that used the power of water to grind corn and wheat. It is an interesting route that takes us to Borneiro hillfort, one of the oldest (6th century BC) and best-preserved pre-Roman settlements in Galicia, where scarce remains of Romanization were discovered.

Two kilometers from the hillfort, a visit to another prehistoric gem in the municipality is a must: the Dombate Dolmen. Known as the cathedral of Megalithism, an archaeological center protects this Neolithic funerary monument, which houses paintings from 5000 years ago, a large part of its mounds, and remains of another older dolmen.





Ferrolterra

PARAÍSO DE HISTORIA Y PAISAJE

PARADISE OF HISTORY AND LANDSCAPE

Ferrolterra esconde un paraíso, una rica paleta de paisajes donde la naturaleza solo compete con el silencio, las leyendas y la historia.

Situada en el norte de la provincia de A Coruña constituye un territorio excepcional donde el visitante puede disfrutar de espectaculares arenas, de villas pintorescas que conservan la esencia de la Galicia más pura, de una gastronomía privilegiada y de unos espacios naturales para el recuerdo. Ofrece lugares únicos para perderse y disfrutar de la belleza de la Galicia más pura.

Un geodestino formado por las comarcas de Ferrolterra, Eume y Ortegal, en la que se sitúan 21 municipios: Ares, Cabanas, A Capela, Cariño, Cedeira, Cerdido, Fene, Ferrol, Mañón, Moeche, Monfero, Mugardos, Narón, Neda, Ortigueira, As Pontes, Pontedeume, San Sadurniño, As Somozas, Valdoviño y Vilarmaior.

PATRIMONIO HISTÓRICO Y CULTURAL

Cuatro son los cascos históricos reseñables para visitar: Ferrol, Pontedeume, Cedeira y Ortigueira. Todos tienen una característica en común: guardar la esencia de antaño.

Entre el patrimonio histórico que atesora la zona destacamos Ferrol, con su barrio de la Magdalena y las señoriales plazas de Armas y de Amboage, las primeras obras europeas con el criterio de la Ilustración. Ferrol es también el mejor puerto natural de Europa, herencia de su histórico pasado militar y naval.

Ferrolterra conceals a paradise, a rich palette of landscapes where nature only competes with silence, legends, and history.

Located in the north of the province of A Coruña, it constitutes an exceptional territory where visitors can enjoy spectacular sandy beaches, picturesque villages preserving the essence of the purest Galicia, privileged gastronomy, and natural spaces to remember. It offers unique places to get lost and enjoy the beauty of the purest Galicia.

It is a “geodestino” (geographic areas with territorial homogeneity with tourist, natural, heritage, and cultural resources) formed by the regions of Ferrolterra, Eume, and Ortegal, in which 21 municipalities are located: Ares, Cabanas, A Capela, Cariño, Cedeira, Cerdido, Fene, Ferrol, Mañón, Moeche, Monfero, Mugardos, Narón, Neda, Ortigueira, As Pontes, Pontedeume, San Sadurniño, As Somozas, Valdoviño, and Vilarmaior.

HISTORICAL AND CULTURAL HERITAGE

There are four remarkable historic districts: Ferrol, Pontedeume, Cedeira, and Ortigueira. They share a common characteristic: preserving the essence of yesteryear.

Among the historical heritage in the area, Ferrol stands out with its Magdalena neighborhood and the stately squares of Armas and Amboage, the first European works reflecting Enlightenment ideals. Ferrol also boasts the best natural harbor in Europe, a legacy of its historic military and naval past.







En Ortigueira, de marcado carácter marineru, su centru históricu se vertebrá alredueru de su antiguu conventu, en el que llama la atención sus blancas galerías y la arquitectura indiana.

La arquitectura popular de Cedeira es un verdaderu tesoru. Empinadas y estrechas calles de la zona antigua muestran pequeñas viviendas con galerías y balcones de madera y forja, además de los restos de la antigua muralla que rodeaba la villa.

En Pontedeume, calles estrechas y soportales de piedra conviven con los restos de un pasado ligado a los señores feudales de la casa de Andrade, donde llama la atención el torreón del castillo, con sus 18 metros de altura, que junto con la fortaleza de Naraío en San Sadurniño son importantes muestras de la arquitectura fortificada. A destacar también el castillo de San Felipe, que vigila desde su atalaya el castillo de A Palma (en Mugardos) y entre ambos protegen la entrada de la ría de Ferrol.

El monasterio de Caaveiro del siglo XII en A Capela, declarado Monumento de Interés Histórico-Artístico, el convento de Santa María en Monfero del siglo XVI con su enigmática fachada en damero, el convento de San Martiño de Xubia o el de O Couto en Narón, declarado Monumento Artístico Nacional, son relevantes testigos del esplendor que tenían las órdenes monacales en esta tierra. Y es que Ferrolterra es, también, una tierra religiosa llena de santuarios, como la iglesia barroca de Santa María con el Cristo de la Cadena (en Neda), la iglesia de San Miguel de Breamo (en Pontedeume), la iglesia de Santa María de Doroña (en Vilarmaior) o la iglesia barroca de Santiago (en As Somozas).

También destaca el santuario de San Andrés de Teixido, en Cedeira. La belleza de los acantilados potencia el magnetismo de las leyendas alredueru de este edificio gótico-barroco de tipología marinera, uno de los más populares de Galicia.

La huella de los antepasados y la historia de Galicia también se muestra en las mámoas de Vixía Herbeira, que también tiene una garita de piedra del siglo XVIII, o el conjunto castreño de Punta do Castro y la villa galaico romana de San Xiao do Trevo en Cariño. Destacan también los enclaves arqueológicos del castro de A Vila da Igrexa en Cerdido, el castro de A Frouxeira en Valdoviño y los enterramientos megalíticos de O Porto Roibo, Abelleira, Mourela y Vilavella en As Pontes de García Rodríguez.

Ortigueira, with a marked maritime character, has its historic center around its old convent, featuring striking white galleries and colonial architecture.

The popular architecture of Cedeira is a true treasure, with steep and narrow streets in the old area showcasing small houses with wooden and wrought-iron galleries and balconies, along with remnants of the ancient wall surrounding the town.

In Pontedeume, narrow streets and stone arcades coexist with the remains of a past linked to the feudal lords of Casa de Andrade. The tower of the castle, which is 18 meters in height, is a notable feature, along with the Naraío Fortress in San Sadurniño, both important examples of fortified architecture. Also noteworthy is the San Felipe Castle, which overlooks the A Palma Castle (in Mugardos), and together they protect the entrance to the Ría de Ferrol.

The 12th-century Monastery of Caaveiro in A Capela, declared Historical-Artistic Monument, the 16th-century Convent of Santa María in Monfero with its enigmatic checkerboard facade, and the convents of San Martiño de Xubia and O Couto in Narón, declared a National Artistic Monument, are significant witnesses to the splendor of the monastic orders in this land. Ferrolterra is also a religious land full of sanctuaries, such as the Baroque Church of Santa María with the Christ of the Chain (in Neda), the Church of San Miguel de Breamo (in Pontedeume), the Church of Santa María de Doroña (in Vilarmaior), or the Baroque Church of Santiago (in As Somozas).

The Sanctuary of San Andrés de Teixido in Cedeira is also notable. The beauty of the cliffs enhances the magnetism of the legends surrounding this Gothic-Baroque building of maritime typology, one of the most popular in Galicia.

The footprint of ancestors and the history of Galicia are also evident in the Vixía Herbeira mounds, which also have an 18th-century stone sentry box, or the archaeological sites of Punta do Castro, the Galician-Roman town of San Xiao do Trevo in Cariño. Also notable are the archaeological sites of Castro de A Vila da Igrexa in Cerdido, Castro de A Frouxeira in Valdoviño, and the megalithic burials of O Porto Roibo, Abelleira, Mourela, and Vilavella in As Pontes de García Rodríguez.





UNA TIERRA ÚNICA QUE CONJUGA
HISTORIA Y CULTURA CON UNA GRAN
RIQUEZA NATURAL Y PAISAJÍSTICA

LOS FAROS

Con el mar siempre presente en Ferrolterra, sus faros, ubicados en enclaves de auténtica belleza, son testigos de naufragios, tempestades e historias cargadas de misterio. Desde Mañón hasta Ferrol, el litoral ofrece un paseo inolvidable por cinco faros que muestran postales naturales de ensueño.

En el punto más septentrional de toda la península ibérica nos encontramos el faro de Estaca de Bares en Mañón. Aquí se marca el punto de división entre dos aguas: el océano Atlántico y el mar Cantábrico. También encontramos otro en Cabo Ortegal, en el municipio de Cariño, con la estampa de los tres Aguillóns, tres peñascos afilados que forman un capricho de la naturaleza de relevante belleza.

El faro de Punta Candieira nos recibe en Cedeira. Es un viaje arduo que compensa por el impresionante espectáculo del mar batiendo contra las rocas y los pequeños islotes. En Valdoviño se sitúa el faro más moderno de la zona, el faro de Punta Frouxeira. En el municipio de Covas se encuentra el faro de Cabo Prior, con las ruinas de una batería militar. En su día fue un lugar estratégico para la defensa naval de Ferrol.

EN EL NORTE DEL NORTE,
ENCONTRAMOS FERROLTERRA, UN
LUGAR ESPECIAL Y MÁGICO, DONDE EL
OCÉANO ATLÁNTICO SE FUNDE CON EL
MAR CANTÁBRICO, UN ESPACIO DONDE
LA NATURALEZA SOLO COMPITE CON EL
SILENCIO Y LAS LEYENDAS, UN LUGAR
EN EL QUE DESCUBRIR RINCONES
SECRETOS Y SENTIR LA CALMA DONDE
PARECE DETENERSE EL TIEMPO.

ESPACIOS NATURALES

El norte de la provincia constituye un territorio excepcional lleno de espacios naturales únicos, donde la naturaleza fue muy generosa y creó auténticos pulmones verdes.

IT IS A UNIQUE LAND THAT COMBINES
HISTORY AND CULTURE WITH ABUN-
DANT NATURAL AND SCENIC RICHNESS

THE LIGHTHOUSES

With the sea always present in Ferrolterra, its lighthouses, located in beautiful settings, bear witness to shipwrecks, storms, and stories laden with mystery. From Mañón to Ferrol, the coastline offers an unforgettable journey through five lighthouses that showcase dreamlike natural landscapes.

At the northernmost point of the entire Iberian Peninsula, we find the Estaca de Bares Lighthouse in Mañón. It marks the division between two bodies of water: the Atlantic Ocean and the Cantabrian Sea. We discover another one in Cabo Ortegal, in the municipality of Cariño, with the sight of the three Aguillóns, three sharp rocks that form a whim of nature of significant beauty.

The Punta Candieira Lighthouse welcomes us in Cedeira. It is a challenging journey rewarded by the impressive spectacle of the sea crashing against the rocks and small islets. In Valdoviño, we find the most modern lighthouse in the area, the Punta Frouxeira Lighthouse. In the municipality of Covas is the Cabo Prior Lighthouse, with the ruins of a military battery, once a strategic location for the naval defense of Ferrol.

IN THE NORTH OF THE NORTH,
FERROLTERRA IS A SPECIAL AND
MAGICAL PLACE WHERE THE
ATLANTIC OCEAN MERGES WITH THE
CANTABRIAN SEA. IT IS A SPACE
WHERE NATURE ONLY COMPETES
WITH SILENCE AND LEGENDS,
A PLACE TO DISCOVER SECRET
CORNERS AND FEEL THE CALM WHERE
TIME SEEMS TO STAND STILL.

NATURAL SPACES

The northern part of the province constitutes an exceptional territory full of unique natural spaces where nature has been very generous, creating authentic green lungs.



Las Fragas do Eume, parque natural desde 1997, es el gran tesoro natural de Ferrolterra, que se extiende por los municipios de A Capela, Pontedeume, Cabanas, Monfero y As Pontes. Es un espacio protegido considerado como el bosque atlántico costero más importante de Europa. El río Eume, de casi 100 km de longitud, conserva las riberas más ricas de la red hidrográfica norte, formando un refugio natural para una amplia flora y fauna de la región.

El río Beelle nace en el municipio de As Pontes y transcurre por A Capela, Fene y Neda, donde desemboca. En Neda se encuentra uno de sus mayores atractivos, la cascada del río Beelle, con 45 metros de altura, una de las más altas de Galicia. Su espectacularidad y el entorno en el que se encuentra, rodeada de un bosque de robles y castaños, la convierten en un paraíso en medio de la naturaleza.

También destacan espacios protegidos como Xubia-Castro, uno de los humedales más importantes de Galicia con más de cinco mil aves acuáticas, o el de la Costa Ártabra, que abarca 100 km de litoral entre las rías de Ares y de Ortigueira. En el punto más septentrional de la península ibérica (Estaca de Bares), la laguna de A Frouxeira es visitada cada año por miles de aves migratorias. Y los acantilados más altos de Europa, en la Serra da Capelada, con 600 metros de altura, presentan impresionantes miradores para disfrutar de la inmensidad del océano.

PLAYAS

Si buscas un lugar donde retar al bravo Atlántico para subirte en la tabla o para perderte en un paisaje salvaje y enamorarte de una puesta de sol, hay más de cincuenta playas y decenas de calas encantadoras esperándote.

Hay un paisaje aún sin domesticar que describe la belleza de lo salvaje, siempre desafiando la grandiosidad del océano. Es accesible durante todo el año, pero, sobre todo, en verano.

Resulta difícil seleccionar algunos de los arenales de este geodestino, pero, entre ellos, son de imprescindible visita Doniños, San Xurxo-Esmelle, Santa Comba, Ponzos, A Frouxeira y Pantín.

La playa de Doniños es la mejor comunicada y accesible. Una pasarela de madera surca las dunas y facilita la búsqueda del mejor rincón. A dos minutos en coche de Doniños nos encontramos con la playa de San Xurxo y Esmelle, un mismo arenal dividido en dos por unas rocas. Está abierto al mar,

Fragas do Eume, a natural park since 1997, is the great natural treasure of Ferrolterra, extending across the municipalities of A Capela, Pontedeume, Cabanas, Monfero, and As Pontes. This protected space is considered the most important coastal Atlantic forest in Europe. The Eume River, almost 100 km long, preserves the richest riverbanks in the northern hydrographic network, forming a natural refuge for a wide range of the flora and fauna of the region.

The Beelle River originates in the municipality of As Pontes and flows through A Capela, Fene, and Neda, where it empties into the sea. In Neda, one of its greatest attractions is the Beelle River waterfall, one of the tallest in Galicia, with a height of 45 meters. Its spectacular nature and the surrounding forest of oaks and chestnuts make it a paradise in the midst of nature.

It also highlights protected spaces like Xubia-Castro, one of the most important wetlands in Galicia with more than five thousand waterfowl, or Costa Ártabra, which covers 100 km of coastline between the Rías de Ares and Ortigueira. At the northernmost point of the Iberian Peninsula (Estaca de Bares), thousands of migratory birds visit the A Frouxeira lagoon every year. Additionally, the highest cliffs in Europe in Serra da Capelada, with a height of 600 meters, feature impressive viewpoints to enjoy the ocean.

BEACHES

If you are looking for a place to challenge the fierce Atlantic to ride the waves or get lost in a wild landscape and fall in love with a sunset, there are more than fifty beaches and dozens of charming coves waiting for you.

There is an untamed landscape that depicts the beauty of the wild, always challenging the grandeur of the ocean. It is accessible throughout the year, but especially in summer.

It is challenging to select some of the sandy shores in this “geodestino,” but among them, Doniños, San Xurxo-Esmelle, Santa Comba, Ponzos, A Frouxeira, and Pantín are must-visits.

Doniños Beach is the best connected and accessible. A wooden boardwalk crosses the dunes and facilitates finding the best spot. Two minutes by car from Doniños, we find San Xurxo and Esmelle Beach, the same sandy stretch divided into two





pero es tranquilo, ofreciendo unas vistas panorámicas envidiables de la costa, el Cabo Prior y las Islas Gabeiras. Cerca encontramos Santa Comba, una playa virgen en plena naturaleza, de arena fina y agua turquesa. Una de sus singularidades es la capilla de Santa Comba, construida en medio del islote de Illa do Medio y a la que se accede a pie en la bajamar. Junto a Santa Comba encontramos la playa de Ponzos, la más virgen de la zona, la más salvaje, que impresiona por su belleza.

Otras de las playas que destaca es la de A Frouxeira en Valdoviño. Se ubica en una zona de gran batida del mar y cuenta con una laguna con numerosas especies de aves. En esta ruta no nos podemos olvidar de la meca del surf por excelencia, una factoría de olas, la playa de Pantín, conocida internacionalmente por albergar una prueba del campeonato del mundo World Surf League.

UNA FRAGA MISTERIOSA Y EXUBERANTE, UN PARAJE DE LEYENDA, UN CAMINO HISTÓRICO Y LITERARIO, EL ACANTILADO MÁS ALTO DE EUROPA A PIE DE MAR, PLAYAS INOLVIDABLES...

EL CAMINO DE SANTIAGO

La historia de las peregrinaciones del Camino Inglés parte del siglo XII hasta nuestros días, por el que países como Noruega, Suecia, Dinamarca, Finlandia o Islandia y, sobre todo, ingleses, escoceses, irlandeses y flamencos recorren una ruta espiritual de 112 km que tiene su fin en la tumba del apóstol Santiago.

Accesible a Galicia por mar desde los puertos de Ferrol o A Coruña, la estratégica ubicación de estas dos importantes ciudades gallegas potenció de manera evidente la ruta.

Es un itinerario que parte desde Ferrol hasta Santiago en un recorrido lleno de atractivos e historia que tiene en Ferrol y A Coruña su pórtico a la ruta. Destacan también Pontedeume y Betanzos, dos de los enclaves imprescindibles para entender la historia "inglesa" del Camino.

MUSEOS Y CENTROS DE INTERPRETACIÓN

La mayor oferta cultural se encuentra en Ferrol, donde se destaca su historia naval e industrial en el

by rocks. It is open to the sea but calm, offering enviable panoramic views of the coast, Cabo Prior, and the Gabeiras Islands. Nearby is Santa Comba, a virgin beach in the midst of nature, with fine sand and turquoise water. One of its peculiarities is the Chapel of Santa Comba, built in the middle of the Illa do Medio islet and accessible on foot at low tide. Next to Santa Comba is Ponzos Beach, the most pristine and wild in the area, impressive with its beauty.

Another notable beach is A Frouxeira in Valdoviño. It is located in an area with strong waves and features a lagoon with numerous bird species. In this route, we cannot forget the surf mecca par excellence, a wave factory, Pantín Beach, internationally known for hosting a World Surf League championship event.

IT IS A MYSTERIOUS AND LUSH FOREST, A LEGENDARY PLACE, A HISTORICAL AND LITERARY PATH. IT IS THE HIGHEST SEA CLIFFS IN EUROPE, WITH UNFORGETTABLE BEACHES...

CAMINO DE SANTIAGO

The history of pilgrimages on the English Way dates back to the 12th century to the present day, with countries like Norway, Sweden, Denmark, Finland, or Iceland, and especially the English, Scots, Irish, and Flemish, traversing a spiritual route of 112 km that concludes at the tomb of the Apostle Saint James.

Accessible to Galicia by sea from the ports of Ferrol or A Coruña, the strategic location of these two important Galician cities clearly boosted the route. It is an itinerary that starts from Ferrol to Santiago on a journey full of attractions and history that has its gateway to the route in Ferrol and A Coruña. Pontedeume and Betanzos also stand out, two essential stops to understand the "English" history of the Camino.

MUSEUMS AND INTERPRETATION CENTERS

The most significant cultural offering is in Ferrol, where its naval and industrial history is highlighted in the Naval Museum. In its Natural History Museum, one of the most important in Spain, you can explore, among other things, the largest co-







Museo Naval. En su Museo de Historia Natural, uno de los más importantes de España, se puede conocer, entre otras, la colección de cetáceos del Atlántico norte más importante de Europa. También es interesante su Museo de la Semana Santa o el Museo do Humor, único en España por su temática.

En Ortigueira, el Museo Ortegalia nos invita a realizar un recorrido por la comarca desde la prehistoria hasta la actualidad. También podemos visitar el Museo Etnográfico de Meixido sobre oficios antiguos. Para seguir conociendo la forma de vida de la zona podemos visitar el Museo Etnográfico de A Capela. Y en As Pontes encontramos el Museo Etnográfico Monte Caxado y la Casa do Mel, un lugar único donde descubrir el apasionante mundo de las abejas. Como curiosidad, en Valdoviño se encuentra el primer museo dedicado al surf en España, el Océano Surf Museo.

Destacan los centros de interpretación de A Capela, Caaveiro y de Monfero, cada uno como puerta de entrada al Parque Natural Fragas do Eume. Si quieres descubrir el medio marino y su riqueza visita el Centro de Interpretación del Medio Marino de Cabanas.

Para descubrir parte de la historia de Galicia y sus revueltas Irmandiñas merece la pena visitar el castillo de Moeche, con el Centro de Interpretación de las Revueltas Irmandiñas. Y en Pontedeume, los señores feudales, la familia de los Andrade, tenían su pazo que incluía una torre del homenaje, hoy reconvertida en oficina de turismo y centro de interpretación. También en el Centro de Interpretación de Caldoval podemos apreciar un yacimiento termal romano muy particular: un baño privado con palestra, único en el noroeste peninsular.

FIESTAS Y GASTRONOMÍA

De sus tierras y de su mar se obtienen productos de gran calidad que convierten la cocina local en un atractivo en sí mismo.

Se obtienen todo tipo de pescados y mariscos, como los percebes de Cedeira o el pulpo de Mugar dos, con su Fiesta de Interés Turístico. Tierra adentro destacan los pimientos de O Couto, el pan de Neda, los grelos de Monfero, la ternera de A Capelada, la miel de San Sadurniño y el queso de tetilla de Moeche.

A ello se suman las numerosas fiestas de la zona, como el Festival Celta de Ortigueira o la Semana Santa de Ferrol, declaradas de interés turístico internacional; la Romaría da Fraga en As Pontes y la Festa das Alfombras Florais do Corpus Christi en Ares.

llection of North Atlantic cetaceans in Europe. It is also interesting to visit the Holy Week Museum or the Humor Museum, which is unique in Spain for its theme.

In Ortigueira, the Ortegalia Museum invites us to travel through the region from Prehistory to the present day. We can also visit the Meixido Ethnographic Museum about ancient crafts. To continue learning about the way of life in the area, we can explore the Ethnographic Museum of A Capela. In As Pontes, we find the Monte Caxado Ethnographic Museum and the Casa do Mel, a unique place to discover the fascinating world of bees. As a curiosity, Valdoviño is home to the first surf museum in Spain, the Ocean Surf Museum.

Notable interpretation centers include those in A Capela, Caaveiro, and Monfero, each serving as a gateway to the Fragas do Eume Natural Park. If you want to discover the marine environment and its richness, you should visit the Cabanas Marine Environment Interpretation Center.

To uncover part of Galicia's history and its Irmandiñas revolts, it is worth visiting the Moeche Castle with the Irmandiñas Revolts Interpretation Center. In Pontedeume, the feudal lords, the Andrade family, had their manor that included a homage tower, now converted into a tourist office and interpretation center. Also, in the Caldoval Interpretation Center, we can appreciate a very particular Roman thermal site: a private bath with a palestra, unique in the northwest of the Iberian Peninsula.

FESTIVALS AND GASTRONOMY

Its lands and sea provide high-quality products that make the local cuisine an attraction itself. All kinds of fish and seafood are obtained, such as the barnacles from Cedeira or the octopus from Mugar dos with its Festival of Tourist Interest. Inland highlights include peppers from O Couto, bread from Neda, rapini from Monfero, beef from A Capelada, honey from San Sadurniño, and tetilla cheese from Moeche.

In addition to this, there are numerous festivals in the area, such as the Ortigueira Celtic Festival, declared of international tourist interest; the Ferrol Holy Week, of national tourist interest; the Romaría da Fraga in As Pontes, and the Festa das Alfombras Florais do Corpus Christi in Ares.

A Coruña

ELEGANTE Y SEÑORIAL

ELEGANT AND STATELY

En un promontorio de la costa gallega y rodeada de un fantástico entorno natural, recorrer A Coruña es sumergirse en una ciudad de tradición y vanguardia, alegre, abierta y creativa. Es una ciudad orgullosa de su colosal riqueza patrimonial y cultural, de su señorial arquitectura modernista, de sus calles vibrantes y de sus espacios artísticos, siempre bajo el aroma del Atlántico.

Con vestigios humanos desde la prehistoria, con el castro de Elviña como testigos, la villa hercúlica se erige como un lugar lleno de magia, encanto e historia, en la que, desde la Ciudad Vieja hasta los edificios modernistas, sus calles narran el paso de los siglos hasta hoy.

La ciudad que vio crecer a un joven Picasso, inspiradora de diferentes artistas y escritores, se enorgullece de su riqueza cultural y arquitectónica, revelándose como una de las ciudades más bonitas de España.

Con su conexión con el Atlántico ofrece una experiencia única al aire libre. Un total de más de 2 km de playas, puestas de sol y paisajes cautivadores que reflejan la esencia de la vida junto al mar serán postales en la memoria para siempre. Además, la ciudad invita a la relajación en sus parques, jardines y entornos naturales, llenos de fauna y flora, árboles centenarios, obras escultóricas y leyendas.

Proponemos una ruta para conocer una ciudad única:

TORRE DE HÉRCULES Y PARQUE ESCULTÓRICO

Desde su construcción por los romanos hace más de 2000 años, el faro, aún en funcionamiento, fue un monumento digno de mención, rodeado de mitos y leyendas. El monumental faro romano del siglo I es el más antiguo del mundo y un símbolo de la ciudad, que refleja la personalidad atlántica de sus habitantes.

Ubicada entre la ensenada de Orzán y el golfo Ártabro, la nombrada Patrimonio Mundial en 2009,

Perched on a promontory of the Galician coast and surrounded by a fantastic natural environment, exploring A Coruña means immersing oneself in a city of tradition and modernity, a cheerful, open, and creative city. It takes pride in its colossal cultural and heritage wealth, stately modernist architecture, vibrant streets, and artistic spaces, always under the scent of the Atlantic.

With human traces dating back to Prehistory, witnessed by the Castro de Elviña, A Coruña emerges as a place full of magic, charm, and history. From Ciudad Vieja (old town) to the modernist buildings, its streets narrate the passage of centuries to the present day.

The city that saw a young Picasso grow as an artist, inspiring various artists and writers, takes pride in its cultural and architectural wealth, revealing itself as one of the most beautiful cities in Spain.

With its connection to the Atlantic, it offers a unique outdoor experience. A total of more than 2 km of beaches, sunsets, and captivating landscapes that reflect the essence of life by the sea will be forever in the memory. Additionally, the city invites relaxation in its parks, gardens, and natural surroundings, teeming with fauna and flora, centuries-old trees, sculptural works, and legends.

We propose a route to get to know this unique city:

TOWER OF HERCULES AND SCULPTURE PARK

Since its construction by the Romans over 2000 years ago, the lighthouse, still in operation, has been a noteworthy monument surrounded by myths and legends. The monumental Roman lighthouse from the 1st century is the world's oldest and a symbol of the city, reflecting the Atlantic personality of its inhabitants.

Located between the Orzán Bay and the Ártabro Gulf, the UNESCO World Heritage Site sin-





UNA CIUDAD PARA PASEAR, PARA SABOREAR Y
EN LA QUE PERDERSE PARA DESCUBRIR CADA
UNO DE SUS RINCONES

*IT IS A CITY TO STROLL THROUGH, SAVOR, AND GET
LOST IN, DISCOVERING EACH OF ITS CORNERS*



con sus 55 metros de altura y sus 234 escalones, ofrece unas vistas increíbles de la ciudad y la inmensidad del Atlántico. A su alrededor se encuentra el Parque Escultórico, de 47 hectáreas, un entorno único que fusiona arte y naturaleza. Está compuesto por esculturas que realizan un juego de perspectivas muy sugerente y en diálogo permanente con el propio monumento. Obras del siglo XX como Menhires, La copa del sol, Caracola, Caronte, Breogán, Guardianes, Ara Solís, Rosa de los vientos, Menhires Ártabros, Combate entre Hércules y Gerión y el monumento a los fusilados en la Guerra Civil, del siglo XXI, son solo algunos de los ejemplos que nos podremos encontrar.

PASEO MARÍTIMO

Desde el castillo de San Antón hasta la ventana mágica abierta al Atlántico, obra de Francisco Pazos situada en el Portiño, el paseo marítimo, con sus más de catorce km de longitud, peina la costa de la ciudad. Ofrece una ruta que maravilla con sus paisajes, playas y acantilados, vestido por sus icónicas farolas rojas y sus cuatro esmaltes, que hacen alusión a diferentes momentos de la ciudad, realizando todas el encanto de uno de los paseos marítimos más largos de Europa, siempre acompañado del océano, monumentos y esculturas.

En el recorrido se pueden conocer, además, los más de dos kilómetros que forman las seis playas y calas que ofrece la ciudad herculina. Estas son las playas de Riazor, Orzán y Matadero en el centro de la ciudad, que forman una concha abierta al Atlántico; la playa de As Lapas a los pies de la Torre de Hércules, que ofrece un remanso de tranquilidad con unas vistas increíbles; y las playas de San Amaro, Oza y la nudista de los Moros, que completa su oferta. También resulta interesante detenerse en el cementerio de San Amaro, considerado uno de los más antiguos de Europa, la fuente de los surfistas entre la playa del Matadero y Orzán o la escultura del pulpo hecha de cerámica.

AVENIDA DE LA MARINA

Situado frente al mar, la Avenida de la Marina es el mayor conjunto acristalado del mundo, de ahí su apodo de la “Ciudad de Cristal”. Diseñadas en el siglo XIX por el arquitecto Juan de Ciórraga, las Galerías de la Marina tienen raíces humildes en el barrio de La Pescadería, donde sus soportales protegían a navíos y sus galerías brindaban calor a los hogares. Sus coloridas fachadas esconden

ce 2009, 55 meters high and 234 steps, offers incredible views of the city and the vastness of the Atlantic. Surrounding it, the Sculpture Park of the Tower of Hercules, spanning forty-seven hectares, is a unique environment that merges art and nature. It features sculptures engaging in a highly suggestive play of perspectives and a constant dialogue with the monument itself. 20th-century works such as Menhires, Sun Cup, Caracola, Charon, Breogán, Guardians, Ara Solis, Compass Rose, Artabrians, Combat between Hercules and Geryon, and Monument to the Executed, and 21st-century pieces are just a few examples of what visitors can encounter.

SEASIDE PROMENADE

From the San Antón Castle to the magical window open to the Atlantic, a work by Francisco Pazos and located in Portiño, the seaside promenade stretches over fourteen km, tracing the city’s coastline. It offers a route that delights with its landscapes, beaches, and cliffs, adorned with its iconic red street lamps and four enamel murals, each alluding to different moments in the city, that enhance the charm of one of the longest seaside promenades in Europe, always accompanied by the ocean, monuments, and sculptures.

During the journey, you can explore more than two kilometers that constitute the six beaches and coves of the city. The beaches of Riazor, Orzán, and Matadero in the city center form an open shell to the Atlantic. The As Lapas Beach, at the foot of the Tower of Hercules, provides a haven of tranquility with incredible views. The beaches of San Amaro, Oza, or the nudist Moros Beach complete the city’s beach offerings. It is also interesting to stop by the Cemetery of San Amaro, considered one of the oldest in Europe, the surfer’s fountain between Matadero Beach and Orzán, or the ceramic octopus sculpture.

AVENIDA DE LA MARINA

Located facing the sea, the Avenida de la Marina is the world’s largest glass ensemble, hence its nickname “City of Glass.” Designed in the 19th century by the architect Juan de Ciórraga, the galleries of the avenue have humble roots in La Pescadería neighborhood, where their arcades protected ships and their galleries provided warmth to homes. Their colorful facades conceal their fishing tradition facing the port, creating



su tradición pesquera frente al puerto, creando un encanto único que fusiona historia, tradición y modernidad en sus calles y bulliciosas terrazas, en los jardines cercanos y en los coloridos barcos de pesca atracados en el puerto.

CIUDAD VIEJA

La Ciudad Vieja de A Coruña es fiel testigo de sus siglos de historia, donde cada calle, plaza y edificio cuenta una historia diferente, transmitiendo la sensación de vivir épocas diferentes. Es un encantador viaje al pasado que revela la majestuosidad y la evolución de la urbe en sus calles empedradas, plazas señoriales, casonas hidalgas, elegantes jardines y monumentos majestuosos, que permiten conocer los secretos de su pasado.

La zona desvela secretos como la colegiata románica de Santa María do Campo del siglo XII; la iglesia de Santiago, la más antigua de la ciudad; el convento de las Bárbaras o el de Santo Domingo. Destacan edificios emblemáticos como el pazo Cornide y la Real Academia Galega, la antigua mansión familiar de la escritora Emilia Pardo Bazán; la casa museo de la heroína María Pita o la de la reconocida escritora Rosalía de Castro. De gran importancia son también la plazuela de las Bárbaras y la plaza de Azcárraga, con la fuente del Deseo y rodeada de árboles centenarios, o el jardín romántico de San Carlos, donde descansa eternamente el general británico Sir John Moore, con un mirador con vistas a la bahía. Junto a él encontramos el castillo de San Antón del siglo XVI, un antiguo edificio defensivo, prisión y lazareto, que hoy alberga el Museo Arqueológico e Histórico militar.

Es una zona que recuerda su pasado, pero que abraza el presente con unas calles llenas de pequeños cafés, talleres artesanales, tiendas de antigüedades y establecimientos llenos de encanto.

PLAZA DE MARÍA PITA

En pleno corazón del centro histórico y kilómetro cero de la vida coruñesa, esta plaza es un tributo a la heroína local que desafió al pirata Francis Drake. Rodeada de edificios porticados ofrece un encanto pintoresco con sus magníficas galerías que invitan a sumergirse en la historia y la elegancia.

Con la estatua a la heroína en su centro, la plaza alberga el imponente y modernista Palacio Municipal, que en su fachada presenta talladas cuatro estatuas que representan las cuatro provincias gallegas:

a unique charm that blends history, tradition, and modernity in its streets, bustling terraces, nearby gardens, and colorful fishing boats moored in the harbor.

CIUDAD VIEJA

Ciudad Vieja of A Coruña is a faithful witness to centuries of history, where every street, square, and building tells a different story, conveying the feeling of living in different eras. It is a charming journey into the past that reveals the majesty and evolution of the city through its cobbled streets, stately squares, noble houses, elegant gardens, and majestic monuments, allowing you to uncover the secrets of its history.

The area unveils secrets such as the Romanesque Collegiate Church of Santa María do Campo from the 12th century; the Church of Santiago, the oldest in the city; the Convent of Las Bárbaras, or that of Santo Domingo. It highlights emblematic buildings like Pazo Cornide and the Royal Galician Academy, the former family mansion of writer Emilia Pardo Bazán, the House-Museum of the heroine María Pita, or that of the renowned writer Rosalía de Castro. Also worth mentioning are Las Bárbaras Small Square and Azcárraga Square with the Fountain of Desire, surrounded by centuries-old trees, or San Carlos Garden, where British General Sir John Moore rests eternally with a viewpoint to the bay. Next, we find the 16th-century San Antón Castle, a former defensive building, prison, and lazaretto, now housing the Archaeological and Historical Museum.

It is an area that remembers its past but embraces the present with streets full of small cafes, artisan workshops, antique shops, and charming establishments.

MARÍA PITA SQUARE

In the heart of the historic center and the bustling life of A Coruña, this square pays tribute to the local heroine who defied the pirate Francis Drake. Surrounded by arcaded buildings, it offers a picturesque charm with its magnificent galleries that invite you to immerse yourself in history and elegance.

With the statue of the heroine at its center, the square houses the imposing and modernist Municipal Palace, whose facade features four carved statues representing the four Galician provin-







A Coruña, Lugo, Orense y Pontevedra. El edificio es una obra modernista construida en 1908 por el arquitecto Pedro Mariño, que en su interior tiene el Museo de los Relojes, que alberga una interesante colección de 82 piezas procedentes de Inglaterra, Holanda, Francia y España, datadas entre el siglo XVIII al XX, destacando entre ellas piezas notables como el reloj de Xavier Méndez de Saavedra o de Julien Royal, relojero de Luis XV. Además, el edificio también alberga una pinacoteca de alto nivel y la colección de marcas prefilatélicas.

MONTE DE SAN PEDRO

El Monte de San Pedro es un antiguo punto defensivo transformado en un parque desde 1999. Es el auténtico pulmón verde de la ciudad que, con sus 90.000 metros cuadrados, invita a relajarse y permite disfrutar de unas panorámicas increíbles. El parque tiene el único mirador-ascensor cubierto de 360 grados de toda España, con vistas al Atlántico, la costa de Arteixo o las islas Sisargas. Además, cuenta con sus icónicas piezas Vickers, que le añaden un encanto especial.

MUSEOS Y GALERÍAS DE ARTE

Con un entorno tan cultural, histórico y paisajístico, además de ser una ciudad cosmopolita y de tendencia, A Coruña es, como no podía ser de otra forma, una ciudad inspiradora.

De todos esos valores nace una amplia red de museos y galerías de arte. Ésta va desde la Casa de las Ciencias hasta el Museo de Bellas Artes, con una impresionante colección de arte gallego y español, pasando por el Museo Arqueológico e Histórico del Castillo de San Antón al Museo Militar, donde se muestra parte de la historia naval de la ciudad. Además, destacan el museo MEGA, el primer y único museo en España dedicado a la cultura cervecera; el Museo de los Relojes; el de Arte Sacro de la Colegiata; el Domus, dedicado al ser humano; la Casa de las Ciencias, con su planetario; el Aquarium, con más de 300 especies del mundo marino, o las exposiciones internacionales de la Fundación Marta Ortega Pérez (Fundación MOP), que cada año llegan al muelle de Batería en forma de homenaje, como las ya celebradas exposiciones dedicadas a los fotógrafos Peter Lindbergh, Steven Meisel o Helmut Newton, entre otros.

Esta red cultural y de museos son solo parte de un tesoro que invita a aprender, explorar y disfrutar.

ces: A Coruña, Lugo, Orense, and Pontevedra. The building is a modernist work constructed in 1908 by the architect Pedro Mariño. Inside, it houses the Clock Museum, hosting a magnificent collection of 82 timepieces from England, Holland, France, and Spain, dating from the 18th to the 20th century. Notable pieces include the clock by Xavier Méndez de Saavedra or Julien Royal, the clockmaker of Louis XV. In addition, the building also houses a high-level art gallery and a collection of pre-philatelic marks.

MONTE DE SAN PEDRO

The Monte de San Pedro is a former defensive point transformed into a park since 1999. It is the true green lung in the city that, with its 90,000 square meters, invites to relax and offers incredible panoramic views. The park has the only 360-degree covered viewpoint-elevator in Spain, with views of the Atlantic, the Coast of Arteixo, and the Sisargas Islands. It also features iconic Vickers pieces that add a special charm.

MUSEUMS AND ART GALLERIES

With such a cultural, historical, and scenic environment, besides being a cosmopolitan and trendy city, A Coruña is, as it could not be otherwise, an inspiring city.

From all these values emerge an extensive network of museums and art galleries. It extends from Casa de las Ciencias (science museum) to the Fine Arts Museum, with an impressive collection of Galician and Spanish art, passing through the Archaeological and Historical Museum of the San Antón Castle to the Military Museum, which displays part of the naval history of the city. In addition, the MEGA Museum, the first and only museum in Spain dedicated to beer culture; the Clock Museum; the Sacred Art of the Collegiate Church Museum; the Domus, dedicated to the human being; the Casa de las Ciencias, with its planetarium; the Aquarium, with more than 300 species of marine life; or the international exhibitions of the Marta Ortega Pérez Foundation (MOP Foundation), which arrive each year at the dock (Muelle de Batería) as a tribute. Exhibitions dedicated to photographers Peter Lindbergh, Steven Meisel, and Helmut Newton, among others, have already been celebrated.

This cultural and museum network is just part of a treasure that invites you to learn, explore, and enjoy.



UN TESORO QUE DEJA UNA HUELLA
IMBORRABLE EN LA MEMORIA Y EN
EL CORAZÓN

IT IS A TREASURE THAT LEAVES AN
INDELIBLE MARK ON MEMORY AND IN
THE HEART.



GASTRONOMÍA

A Coruña hay que saborearla.

Es una joya gastronómica del norte peninsular y un referente para los amantes del buen comer, que fusiona la tradición y la vanguardia en sus platos, que reflejan la riqueza de los mares y la tierra gallega.

Ofrece una gastronomía centenaria y viva, que evoluciona y se diversifica, donde la tradición e innovación están presentes y donde brilla la calidad de la materia prima y la excelencia de sus chefs.

Desde la lonja de uno de los puertos más importantes de Europa hasta los mercados emblemáticos como el de la plaza de Lugo y el de San Agustín, combinación perfecta entre tradición y modernidad, llegan los productos más frescos y de mejor calidad.

Con un restaurante Estrella Michelin, *Árbore da Veira* y otros como *Artabria*, *El de Alberto*, *Terreo*, *A Mundiña*, *Bido*, *Comarea*, *NaDo*, *Salitre*, *Miga*, *La Escondita*, *Peculiar* o *Pracer*, entre otros muchos, todos recomendados por las guías gastronómicas más influyentes e importantes, se posiciona como un destino culinario de primer nivel.

La cultura de las tapas también llega a su máximo esplendor en las calles *Barrera*, *Olmos* y *Troncoso*, epicentro de bares en los que degustar las propuestas en formato mini o para compartir, acompañada de un vino o cerveza.

Eventos como *Lacónicas* en febrero, el *Concurso de Tapas Picadillo* en septiembre, las *Jornadas del Territorio Atlántico* con sus menús degustación de productos de la Reserva de la Biosfera en octubre, el *Boucatise* dedicado a los bocadillos gourmet en diciembre, el *Bo en Boca* que fusiona la gastronomía árabe, judía y cristiana en abril o el *Festival SAL Sabores Atlánticos* en junio, son eventos con una amplia trayectoria que dan vida a la escena gastronómica todo el año.

COMPRAS

En A Coruña se respira arte, diseño y moda.

Considerada la capital gallega de la moda, donde nació el gigante textil *Inditex*, ofrece una experiencia de compras única con boutiques de autor, pequeñas tiendas artesanales y centros comerciales que reflejan su rica herencia artística y su protagonismo en el mundo de la moda. A Coruña es un crisol de inspiración, además de ser un escaparate de tendencias y un punto de encuentro para diseñadores, artesanos y creadores.

GASTRONOMY

A Coruña must be savored.

A gastronomic gem in the northern Iberian Peninsula and a reference for food enthusiasts, it blends tradition and innovation in its dishes, reflecting the richness of the Galician seas and land.

It is a centuries-old and vibrant gastronomy that evolves and diversifies, where tradition and innovation coexist, shining through the quality of raw materials and the excellence of its chefs. The freshest and highest-quality products arrive from the fish market of one of Europe's most important ports to emblematic markets like the squares of Lugo and San Agustín, creating a perfect combination of tradition and modernity.

With a Michelin-starred restaurant, *Árbore da Veira* and others such as *Artabria*, *El de Alberto*, *Terreo*, *A Mundiña*, *Bido*, *Comarea*, *NaDo*, *Salitre*, *Miga*, *La Escondita*, *Peculiar*, or *Pracer*, among many others, all recommended by the most influential and important gastronomic guides, A Coruña positions itself as a top-notch culinary destination.

The tapas culture also reaches its peak in streets like *Barrera*, *Olmos*, and *Troncoso*, epicenters of bars where you can taste mini-sized or shareable proposals accompanied by wine or beer.

Events like *Lacónicas* in February, the *Concurso de Tapas Picadillo* (tapas competition) in September, *Jornadas del Territorio Atlántico* (Atlantic territory days) with tasting menus featuring products from the Biosphere Reserve in October, *Boucatise* dedicated to gourmet sandwiches in December, *Bo en Boca* fusing Arab, Jewish, and Christian gastronomy in April, or the *Festival SAL Sabores Atlánticos* (Atlantic flavors) in June are longstanding events that bring the gastronomic scene to life throughout the year.

SHOPPING

In A Coruña, you breathe art, design, and fashion.

Considered the Galician capital of fashion, the birthplace of the textile giant *Inditex*, it offers a unique shopping experience with designer boutiques, small artisanal shops, and shopping centers that reflect its rich artistic heritage and prominence in the fashion world. A Coruña is a place of inspiration, a trends showcase, and a meeting point for designers, artisans, and creators.



A Coruña es toda una joya del Atlántico que cautiva y deslumbra a todo el que la visita con su arquitectura, historia y conexión con el mar. Con un equilibrio perfecto entre naturaleza, historia y creatividad, la ciudad revela una fusión única de arte, estilo y vida atlántica.



A Coruña is a true jewel of the Atlantic that captivates and dazzles everyone who visits with its architecture, history, and connection to the sea. With a perfect balance between nature, history, and creativity, the city reveals a unique fusion of art, style, and Atlantic life.



Boiro

FUSIÓN DE TIERRA, HISTORIA Y MAR

A BLEND OF LAND, HISTORY, AND SEA

Agiliza todos los sentidos para descubrir el municipio de Boiro. Un enclave de la comarca del Barbanza con tranquilas playas y calas y un paisaje protegido, en plena ría de Arousa, al que no llega la ferocidad y la bravura del Atlántico. Este fenómeno natural hace que en sus costas y en su ensenada crezca el mejor mejillón de Galicia, un tesoro único y delicioso. Retorta, Barraña-Saltiño, Carraguciros, Ladeira do Chazo, Mañóns y Piñeirón son buenos ejemplos para disfrutar de unas jornadas playeras y de tranquilos baños. Pero en Boiro también hay tiempo para más, desde turismo cultural a rutas de senderismo por espacios naturales salvajes entre los que destaca la Fervenza de Cadarnoxo, el estuario do Río Coroño, la Lagoa de Carraguciros y el maravilloso mirador Coto da Filloa.

Conoce su elevado valor arqueológico con un paseo por la historia antigua de la localidad, descubriendo su pasado celta, con los castros de Neixón, la necrópolis, los dólmenes y petroglifos o el reconocido pazo de Goiáns.

Uno de los lugares más antiguos de Galicia no podía prescindir de sus tradiciones más arraigadas, como su afamada fiesta de San Ramón de Bealo, de interés turístico de Galicia.

Awaken all your senses to discover the municipality of Boiro. It is a location in the Barbanza region with quiet beaches and coves and a protected landscape, right in the Ría de Arousa (estuary), untouched by the fierceness of the Atlantic. This natural phenomenon allows the best mussels in Galicia to flourish along its shores and in its inlet, a unique and delicious treasure. Retorta, Barraña-Saltiño, Carraguciros, Ladeira do Chazo, Mañóns, and Piñeirón are excellent examples to enjoy beach days and leisurely swims. But in Boiro, there is also time for more: from cultural tourism to hiking routes through wild natural spaces, among which the Fervenza de Cadarnoxo (waterfall), the estuario do Río Coroño (estuary), Lagoa de Carraguciros (lagoon), and the wonderful viewpoint of Coto da Filloa stand out.

Discover its high archaeological value with a stroll through the ancient history of the locality, uncovering its Celtic past in the Castros de Neixón (forts), the necropolises, the dolmens, and petroglyphs, or the renowned pazo de Goiáns (manor).

One of the oldest places in Galicia could not dispense with its deeply rooted traditions, such as the renowned San Ramón de Bealo festival, of tourist interest in Galicia.





Ferrol

EDÉN DE HISTORIA Y NATURALEZA

EDEN OF HISTORY AND NATURE

Protegido del mar abierto, Ferrol es una ciudad cargada de historia que le debe gran parte de su monumentalidad a su puerto, estratégicamente situado en la seguridad de su ría y que ya en el siglo XVI daba cobijo a la Armada Real de Felipe II. Por ello es destino favorito para los amantes de la historia de la milicia española, con una ruta que incluye las visitas al Arsenal y el Museo Naval, el castillo de San Felipe o el baluarte de San Juan, desde donde contemplar la belleza de la ría.

Su emplazamiento ha hecho que Ferrol sea naval y militar, lo que a su vez la convirtió en ilustrada, modernista y marinera, haciéndola aspirante a ser Patrimonio de la Humanidad, por un pasado de esplendor que se respira en cada rincón.

Sin dejar de ser una ciudad de costa con sus tradiciones gastronómicas y festivas, sorprende por la naturaleza que la rodea, en especial, su litoral, que forma parte de la Costa Ártabra, Lugar de Importancia Comunitaria por su gran valor medioambiental, sus rutas de senderismo y sus paradisíacas playas de fina arena blanca como Doniños, Esmelle, San Xurxo o Valdoviño.

Punto clave en el Camino Inglés hacia Santiago de Compostela, la ciudad acoge cada año a los peregrinos que lo realizan, a los que les esperan 120 kilómetros de espiritualidad y aventura.

Además, la ciudad guarda sorpresas como el barrio de la Magdalena, declarado Conjunto Histórico-Artístico, en el que destacan sus edificios de estilo modernista, o el barrio de Canido, convertido en un museo al aire libre. También destaca su Semana Santa, declarada de interés turístico internacional, la más antigua y espectacular de toda Galicia.

Protected from the open sea, Ferrol is a city steeped in history that owes much of its monumentality to its strategically located port in the safety of its estuary, which, as early as the 16th century, provided shelter to the Royal Navy of Philip II. For this reason, it is a favorite destination for lovers of the history of the Spanish military, with a route that includes visits to the Arsenal Militar and Naval Museum, the San Felipe Castle, or the San Juan Bastion, from where one can contemplate the beauty of the estuary.

Its location has made Ferrol a naval and military city, which in turn made it enlightened, modernist, and maritime, making it a candidate to be a UNESCO World Heritage Site, thanks to a past of splendor that is felt in every corner.

While remaining a coastal city with its gastronomic and festive traditions, it surprises with the surrounding nature, especially its coastline, which is part of the Costa Ártabra, a Site of Community Importance for its great environmental value, hiking routes, and paradisiacal beaches with fine white sand such as Doniños, Esmelle, San Xurxo, or Valdoviño.

As a key point on the English Way to Santiago de Compostela, the city welcomes pilgrims every year who undertake it, facing 120 km of spirituality and adventure.

Additionally, the city holds surprises such as the Magdalena neighborhood, declared a Historical-Artistic Ensemble, with its modernist-style buildings standing out, or the Canido neighborhood, turned into an open-air museum. Its Holy Week is also noteworthy, declared of international tourist interest, being the oldest and most spectacular in Galicia.





Santiago de Compostela

LA HISTORIA GRABADA EN PIEDRA

HISTORY ENGRAVED IN STONE

Santiago es silenciosa, solemne, escrita en piedra, llena de callejuelas y jardines, de sol y de lluvia, y está bajo una sombra monumental. Santiago de Compostela es historia en mayúsculas.

Declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1985, sus calles respiran el encanto de un pasado monumental y señorial, con el sabor de lo añejo y la huella de todos los peregrinos que, tras siglos, han llegado hasta su catedral para ver al apóstol Santiago, dotando a la ciudad de un halo espiritual, bello y cosmopolita. Partiendo de la catedral, cuya imponente silueta gobierna el cielo compostelano y que atrae cada año a miles de visitantes, la ciudad sorprende con su impresionante belleza monumental, patrimonio cultural, natural y gastronómico. Entre sus callejuelas peatonales nos encontramos el tradicional mercado de abastos, rebosante de productos frescos, con locales de ocio para degustarlos; plazas como la Quintana, Platerías y O Toural; decenas de iglesias como San Martiño Pinario; conventos; pazos como el de Fonseca y palacios de distintos estilos (románico, gótico, barroco), todo amenizado por imponentes fuentes, gárgolas y terrazas llenas de vida, para acabar casi siempre en la majestuosa plaza del Obradoiro, un lugar impregnado de una magia especial. Desde Hemingway a Rosalía de Castro, Valle Inclán o Cary Grant, reyes, emperadores, papas, presidentes, premios Nobel, peregrinos, universitarios o sus propios ciudadanos han pisado esta plaza.

La actividad cultural de la ciudad vibra con más de una decena de espacios museísticos que narran la historia de la ciudad, del Camino y del corazón de Galicia. Las tradiciones y la espiritualidad también están presentes a través de sus manifestaciones culturales que van desde las fiestas populares hasta festivales de música, cine y teatro o la programación de la Cidade da Cultura, obra maestra arquitectónica de la modernidad.

Santiago es historia del presente.

Santiago is silent, solemn, written in stone, full of alleys and gardens, sun and rain, and is under a monumental shadow. Santiago de Compostela is history in capital letters.

Declared a UNESCO World Heritage Site in 1985, its streets breathe the charm of a monumental and stately past, with the allure of the old and the imprint of all pilgrims who, over centuries, have arrived at its cathedral to see the Apostle Saint James. That gives the city a spiritual, beautiful, and cosmopolitan halo. Starting from the cathedral, whose imposing silhouette governs the Santiago sky and attracts thousands of visitors yearly, the city surprises with its impressive monumental beauty and cultural, natural, and gastronomic heritage.

Among its pedestrian alleys, you will find the traditional Mercado de Abastos (market), brimming with fresh products and leisure spots to taste them; squares like Quintana, Platerías, and O Toural; dozens of churches like San Martiño Pinario; convents; pazos like Fonseca; and palaces of different styles (Romanesque, Gothic, Baroque), all brightened by imposing fountains, gargoyles, and lively terraces, to almost always end in the majestic Obradoiro Square, a place imbued with special magic. From Hemingway to Rosalía de Castro, Valle Inclán, Cary Grant, kings, emperors, popes, presidents, Nobel laureates, pilgrims, university students, and its own citizens have walked on this square.

The city's cultural activity vibrates with more than a dozen museum spaces that tell the story of the city, the Camino de Santiago, and the heart of Galicia. Traditions and spirituality are also present through cultural manifestations ranging from popular festivals to music, film, and theater festivals or the programming of the Cidade da Cultura, an architectural masterpiece of modernity.

Santiago is the history of the present.







CAMARIÑAS

AUTENTICIDAD GALLEGA · GALICIAN AUTHENTICITY

Conocida por su famoso encaje de bolillos trabajado por las palilleiras, mujeres que hacen verdaderas obras de arte, Camariñas es el tesoro de las costas gallegas, ofreciendo un litoral espectacular desde Camelle hasta el cabo Vilán y su majestuoso faro de 125 metros de altura. Ocupa una península con dos caras, una mirando al Atlántico y otra a las tranquilas aguas de la ría y su puerto, donde los pescadores apilan sus capturas tras la jornada, fundamentalmente de sardina y pulpo. El Museo do Encaixe honra su tradición del encaje, mientras que el legado del artista “Man de Camelle” se revive en el Museo do Alemán, construido con materiales naturales como rocas, conchas y palos del mar. El Cementerio de los Ingleses recuerda naufragios históricos y la duna rampante Monte Branco es toda una maravilla natural con sus 150 metros de altura. Tres rutas de senderismo exploran el litoral y múltiples playas como Trece y Ariño ofrecen escenarios tranquilos para el descanso y la contemplación.

Known for its famous bobbin lace crafted by the “palilleiras,” women who create true works of art, Camariñas is the treasure of the Galician coasts, offering a spectacular coastline from Camelle to Cabo Vilán (Cape Vilán) and its majestic 125-meter-high lighthouse. It occupies a peninsula with two faces, one facing the Atlantic and the other the calm waters of the estuary and its port, where fishermen stack their catches after the day’s work, mainly sardines and octopus. The Museo do Encaixe (lace museum) honors its lace-making tradition. And the legacy of the artist “Man de Camelle” is revived in the Museo do Alemán, constructed with natural materials such as rocks, shells, and sea sticks. The Cementerio de los Ingleses (cemetery of the English) recalls historic shipwrecks, and the Monte Branco dune is a natural wonder of 150 meters in height. Three hiking routes explore the coastline, and multiple beaches like Trece and Ariño offer tranquil settings for rest and contemplation.



FISTERRA

UN LUGAR DE LEYENDA • A PLACE OF LEGEND

En el último atardecer en Europa y donde termina el Camino de Santiago, en el faro de Cabo Fisterra se puede observar la grandeza del paisaje atlántico bañando los acantilados de A Costa da Morte. La esencia marinera se refleja fielmente en su casco antiguo, forjado en piedra y sal, con estrechos callejones, coloridas casas y uno de los puertos de bajura más importantes de Galicia. Sobresale en él la Praza de Ara Solis, la capilla del Buen Suceso o el castillo de San Carlos, una fortaleza del siglo XVIII. La naturaleza también es la protagonista, con rutas de senderismo, miradores como el de Talón o Corbeiro, el majestuoso monte Facho y playas como Langosteira, Corveiro, Mar de Fóra, Talón, Arnela, O Rostro, Sardiñeiro, Restrelo y Pequena. Entre sus fiestas destaca su Semana Santa, conocida como O Cristo de Fisterra, que atrae a miles de visitantes, y la fiesta del longueirón, donde se degusta este exquisito manjar del mar.

In the last sunset in Europe and where the Camino de Santiago ends, at the Fisterra Lighthouse, you can witness the grandeur of the Atlantic landscape bathing the cliffs of A Costa da Morte. The maritime essence is faithfully reflected in its old town, forged in stone and salt, with narrow alleys, colorful houses, and one of the most important coastal ports of Galicia. Standout features include the Praza de Ara Solis, the Chapel of Buen Suceso, or the San Carlos Castle, an 18th-century fortress. Nature is also the protagonist, with hiking trails, viewpoints such as Talón or Corbeiro, the majestic Monte do Facho (mountain), and beaches like Langosteira, Corveiro, Mar de Fóra, Talón, Arnela, O Rostro, Sardiñeiro, Restrelo, and Pequena. Among its festivals, it highlights the Holy Week, known as O Cristo de Fisterra, attracting thousands of visitors, and the pod razor festival, where this exquisite seafood delicacy is tasted.



MALPICA

MIRADOR PRIVILEGIADO • PRIVILEGED VIEWPOINT

Es un pueblo de la Costa da Morte y punto de partida de la ruta de senderismo del Camiño dos Faros, con Punta Nariga como el primero de ellos. Playas, faros, islas, senderismo, acantilados, molinos y un inmenso legado de patrimonio cultural hacen de él uno de los lugares más interesantes de Galicia. Su puerto, con sus pintorescos barrios marineros, muestran su esencia. Su animado paseo marítimo con las antiguas fábricas de salazón, conserveras y secaderos de pescado son vestigios de su tradición. Recorrer la costa en kayak y visitar arenas como Barizo, Area Grande o Canido, navegar hasta las Illas Sisargas, un enigmático refugio natural, son recuerdos imborrables. Conocer las torres de Mens, el dolmen de Pedra da Arca o la ruta del pintor Urbano Lugrís, visitar la ermita de Santo Hadrián y disfrutar de los percebes de las Illas Sisargas junto a su faro son solo algunos de los múltiples planes que tiene que ofrecer.

It is a village on the Costa da Morte and the starting point of the Camiño dos Faros hiking route, with Punta Nariga as the first of them. Beaches, lighthouses, islands, hiking, cliffs, windmills, and an immense legacy of cultural heritage make it one of the most interesting places in Galicia. Its port, with its picturesque fishing neighborhoods, shows its essence. Its lively promenade with the old salting factories, canneries, and fish dryers are remnants of its tradition. Kayaking along the coast, visiting sandy beaches like Barizo, Area Grande, or Canido, and sailing to the Sisargas Islands, an enigmatic natural refuge, are unforgettable memories. Exploring the Towers of Mens, the Pedra da Arca Dolmen, the route of the painter Urbano Lugrís, visiting the Hermitage of Santo Hadrian, and enjoying the barnacles of the Sisargas Islands next to its lighthouse are just some of the many plans it has to offer.



PONTECESO

ESENCIA NATURAL Y ATLÁNTICA · NATURAL AND ATLANTIC ESSENCE

En la Costa da Morte, Ponteceso forma un lugar mágico donde el paisaje de verdes y azules se entrelaza con la majestuosidad de su faro, Roncudo. Es un lugar donde el entorno forma un lienzo natural en sus 27 kilómetros de escarpada costa, con playas paradisíacas (Balarés, Ermida, Niñóns...) y una flora y fauna que resalta aún más su belleza. La cuna del poeta autor de la letra del himno de Galicia, Eduardo Pondal, despierta una sinfonía única que va más allá del océano, cristalizándose en una biodiversidad natural y patrimonial digna de observar. Se ve a través de la ruta del Camiño dos Faros, sus glifos y petroglifos (A Pedra da Serpe, A Fieiteira, O petón da Campaña o A Regadiña), ríos con cascada como la de Brixería o Pozo da Señora, la duna de Monte Branco, la torre del faro, hórreos, un puente majestuoso y los museos de MACCMO y el Museo Etnolúdico de Galicia (MELGA), añaden más valor aún a esta población con un encanto inigualable.

In Costa da Morte, Ponteceso creates a magical place where the landscape of greens and blues intertwines with the majesty of its lighthouse, Roncudo. It is a place where the environment forms a natural canvas along its 27 kilometers of rugged coastline, with paradisiacal beaches (Balarés, Ermida, Niñóns...) and flora and fauna that further enhance its beauty. The birthplace of the poet who wrote the lyrics of the Galician anthem, Eduardo Pondal, awakens a unique symphony that extends beyond the ocean, crystallizing into a natural and heritage biodiversity worth exploring. It can be explored through the Camiño dos Faros route, its glyphs and petroglyphs (A Pedra da Serpe, A Fieiteira, O petón da Campaña, or A Regadiña), rivers with waterfalls like the Brixería or Pozo da Señora, Monte Branco dune, the tower of the lighthouse, granaries, a majestic bridge, and the museums of MACCMO and the Ethnoludic Museum of Galicia (MELGA), which add even more value to this town with unparalleled charm.



CERCEDA

TESORO CULTURAL · CULTURAL TREASURE

Museos como el del Moucho, dedicado al búho; el Ecomuseo, que muestra su riqueza paisajística, industrial e histórica; el Museo de la Minería, que revela su pasado, y el Aula da Natureza del jardín botánico completan una oferta museística digna de visitar. Castros como el de Cerceda y el de Guichar, joyas arquitectónicas de San Román de As Encrobas del siglo XII o los pazos de Boedo, Gontón y Lavandeiras, declarado Bien de Interés Cultural, muestran siglos de un gran legado histórico. Las riberas de los ríos Barcés, Anllóns y Lengüelle con sus molinos de agua como el de Guillín y Portabrea; la belleza del lago de As Encrobas, una antigua mina que hoy es una piscina natural; sus rutas de senderismo como el paseo fluvial del río Cabancos o la senda Verde por un antiguo vial ferroviario; cascadas o el mirador de la Pedra Cerdeira, con 600 metros de altitud, son solo una parte de su riqueza natural y paisajística. Descubre Cerceda.

Museums such as Moucho, dedicated to the owl; the Ecomuseum, showcasing its landscape, industrial, and historical richness; the Mining Museum, revealing its past; and the Aula da Natureza of the botanical garden complete a museum offer worthy of a visit. Archaeological sites like Castro de Cerceda and Castro de Guichar, architectural gems of San Román de As Encrobas from the 12th century, or the manors of Boedo, Gontón, and Lavandeiras, declared Cultural Heritage Site, showcase centuries of a great historical legacy. The riverbanks of Barcés, Anllóns, and Lengüelle with their watermills like Guillín and Portabrea; the beauty of Lake As Encrobas, a former mine turned into a natural pool; hiking routes like the river path of Cabancos or the Green Path along an old railway track; waterfalls, or the viewpoint of Pedra Cerdeira at 600 meters above sea level are just a part of its natural and scenic wealth. Discover Cerceda.



PADRÓN

CUNA DE ESCRITORES • BIRTHPLACE OF WRITERS

A tiro de piedra de Santiago de Compostela se encuentra Padrón, principio y final de la ruta Jacobea, donde arribaron los restos del Apóstol Santiago en su viaje desde Tierra Santa. Es un pueblo orgulloso de su cocina con los pimientos de Herbón, su patrimonio cultural con el puente de Santiago o el Convento do Carme, su patrimonio literario con los museos de Camilo José Cela y Rosalía de Castro y como no, su naturaleza, como su jardín botánico-artístico, árboles centenarios o el paseo fluvial do Espolón. Un paseo por las empedradas calles de su bello centro histórico nos trasladará siglos atrás, con sus casas de piedra con preciosos balcones, las plazas de Macías O Namorado o la de Ángel Baltar Cortés, la Casa do Concello, un bello edificio del siglo XVI-II, o varios cruceiros como el de la Rúa do Sol, son todo un encanto que invita a pasear y disfrutar de su gastronomía y vinos. Además, destacan sus fiestas como la Semana Santa, el Santiaguíño, la Feira Medieval o la Festa do Pemento de Herbón.

Just a stone's throw from Santiago de Compostela lies Padrón, the beginning and end of the Jacobean route, where the remains of the Apostle James arrived on their journey from the Holy Land. It is a town proud of its cuisine with Herbón peppers, its cultural heritage with the Santiago bridge or the Convento do Carme (convent), its literary heritage with the museums of Camilo José Cela and Rosalía de Castro, and, of course, its natural beauty, such as its botanical-artistic garden, centuries-old trees, or the Espolón river walk. A stroll through the cobblestone streets of its beautiful historic center will transport us centuries back with its stone houses adorned with charming balconies, the squares of Macías O Namorado or Ángel Baltar Cortés, the Casa do Concello, a beautiful 18th-century building, and various stone crosses like the one on Rúa do Sol—all of which are enchanting and invite you to wander and enjoy its gastronomy and wines. Additionally, it highlights its festivals, such as Holy Week, Santiaguíño, the Medieval Fair, or the Festa do Pemento de Herbón (Herbón pepper festival).

+ Info: padronturismo.gal



A POBRA DO CARAMIÑAL

MIRADOR NATURAL • NATURAL VIEWPOINT

Bañada por las aguas de la ría de Arousa y cobijada por el monte de A Curota, A Pobra es hogar de gentes de mar, el anfiteatro de la Serra do Barbanza, escenario de la obra de Valle-Inclán. Su puerto, fundamental en su historia y presente en su gastronomía, se deja ver en el barrio mariner de A Covecha que, con sus antiguos soportales y casas de piedra, muestra todo su encanto. La cultura también tiene su espacio, donde el literato universal Ramón del Valle-Inclán vivió y escribió sus textos. Fruto de esta relación nace el Museo Valle-Inclán, situado en la Torre de Bermúdez, un maravilloso pazo renacentista. Conjugación perfecta entre mar y montaña, el mirador de A Curota presenta una de las mejores panorámicas de Galicia. También es paraíso de piedra y agua dulce con las piscinas naturales del río das Pedras, donde los saltos de agua y las cascadas se suceden. Tampoco pasan desapercibidos sus 16 arenales de fina arena, entre los que destacan A Lombiña-Cabío, A Illa o la playa de Os Areos, un amplio arenal urbano.

Bathed by the waters of the Ría de Arousa and nestled in the A Curota mountain, A Pobra is home to seafaring people, with the amphitheater of the Serra do Barbanza, the setting of Valle-Inclán's work. Its port is essential in its history and reflected in its gastronomy. It is located in the maritime neighborhood of A Covecha, which showcases all its charm with its old arcades and stone houses. Culture also has importance here, where the universal literary figure Ramón del Valle-Inclán lived and wrote his texts. Born out of this connection is the Valle-Inclán Museum, located in the Tower of Bermúdez, a marvelous Renaissance palace. A perfect blend of sea and mountain, the A Curota viewpoint offers one of the best panoramas of Galicia. It is also a haven of stone and fresh water with the natural pools of the Pedras River, where waterfalls and cascades abound. Its 16 fine sandy beaches are also worth mentioning, including A Lombiña-Cabío, A Illa, or the Os Areos beach, a spacious urban sandy stretch.



SADA

BELLEZA COSTERA • COASTAL BEAUTY

En el corazón del golfo Ártabro y abrazada al mar por la Reserva de la Biosfera Mariñas Coruñesas y Terras do Mandeo, la población de Sada combina una gran amalgama de atractivos que fusionan naturaleza, historia, patrimonio, cultura y gastronomía. Su puerto deportivo, el más grande de Galicia; su patrimonio arquitectónico encabezado por su emblemática terraza modernista; el pazo de Meirás; la medieval capilla del Espíritu Santo; pintorescos barrios como el de Fontán, con sus casas de colores y una batería defensiva; el barrio de la Tenencia, con viviendas del siglo XVIII; los castros de Meirás, San Mamede o Agra das Arcas; playas como San Pedro, San Mamede o Arnela; rutas de senderismo como la de Mariñán; el humedal de As Brañas y los museos de la Cerámica do Castro o el de Carlos Maside son razones suficientes para conocer uno de los municipios turísticos por excelencia.

In the heart of the Ártabro Gulf and embraced by the sea within the Mariñas Coruñesas and Terras do Mandeo Biosphere Reserve, the town of Sada combines a diverse array of attractions that blend nature, history, heritage, culture, and gastronomy. Its marina, the largest in Galicia; its architectural heritage led by the emblematic modernist terrace; the Pazo de Meirás; the medieval Chapel of Espíritu Santo; picturesque neighborhoods like Fontán, with its colorful houses and a defensive battery; the Tenencia neighborhood, with 18th-century houses; the hillforts of Meirás, San Mamede, or Agra das Arcas; beaches like San Pedro, San Mamede, or Arnela; hiking trails like Mariñán; the As Brañas Wetland, and the museums of Cerámica do Castro and Carlos Maside provide compelling reasons to explore one of the foremost tourist municipalities.



A CAPELA

SINÓNIMO DE NATURALEZA · SYNONYMOUS WITH NATURE

Se trata de un municipio rodeado de naturaleza y valor patrimonial que enamora a quien lo visita. Ubicado en uno de los enclaves naturales más especiales de Galicia, las Fragas do Eume, el mayor bosque atlántico de Europa, presenta en su alto, solitario e imponente, el monasterio de Caaveiro, fundado en el año 936, uno de sus patrimonios arquitectónicos y religiosos más importantes de la provincia. El agua también tiene su protagonismo con el río Beelle y su imponente cascada, que atraviesa el municipio y la Serra de Forgoselo, cuyo punto más alto es el pico de Racamonde, a 537 metros. Los molinos de Barbela y Bertoña, de Sesín y del Teixido, todos rodeados de paisajes hermosos, son solo algunas muestras de su valor etnográfico, que tiene su exponente máximo en el Museo Etnográfico. Su patrimonio arqueológico destaca por la concentración de túmulos del Alto da Serra y de la Serra do Forgoselo, unos 30 aproximadamente; el castro do Cruceiro y las tallas en piedra de Pena dos Mosqueiros y los Corregosos. A Capela hay que vivirla.

It is a municipality surrounded by nature and heritage values that captivate those who visit it. Located in one of the most special natural enclaves in Galicia, the Fragas do Eume, the largest Atlantic forest in Europe, stands the Monastery of Caaveiro on its heights, solitary and imposing, founded in 936, one of its most important architectural and religious heritages in the province.

Water also plays a prominent role with the Beelle River and its impressive waterfall, which crosses the municipality, and the Serra de Forgoselo, whose highest point is the peak of Racamonde at 537 meters. Mills such as Barbela and Bertoña, Sesín and Teixido, all surrounded by beautiful landscapes, are just some examples of its ethnographic value, which has its maximum exponent in the Ethnographic Museum. Its archaeological heritage stands out for the concentration of mounds at Alto da Serra and Serra do Forgoselo, around 30 approximately; the Castro do Cruceiro, and the stone carvings of Pena dos Mosqueiros and Corregosos.

A Capela is an experience to live.



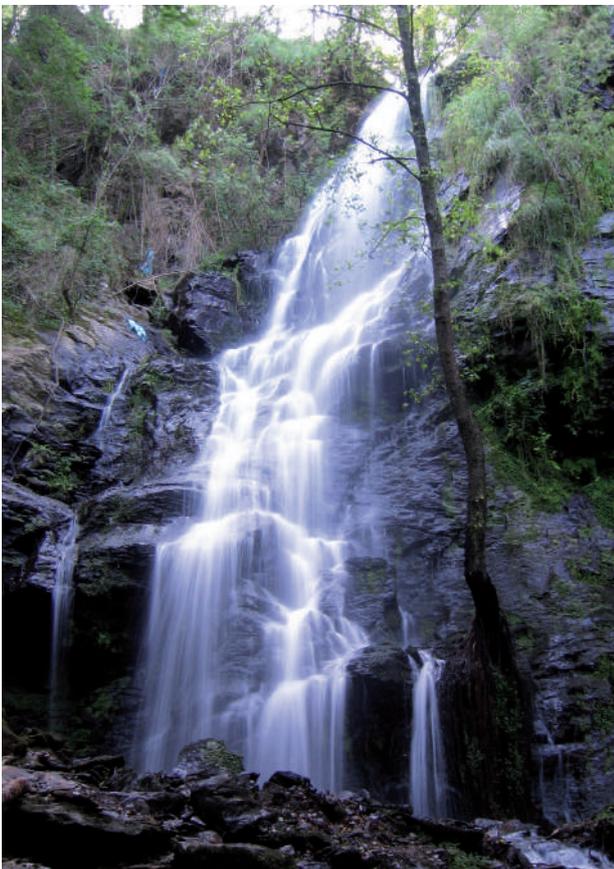
MIÑO

MÁS QUE PLAYAS

Un tesoro lleno de atractivos con espacios naturales, hermosas playas y zonas de alto valor ambiental, como Ponte do Porco y su entorno. Destaca su patrimonio cultural, como la iglesia románica de San Xoán de Vilanova, el molino de viento de Boucelo o la capilla de Guadalupe. Además, ofrece senderos para gozar del paisaje como el Camino Inglés, la Senda dos Sentidos, la Fraga do Xarío, os Muiños do río Xarío, la Ruta dos Muiños, el paseo marítimo, las pasarelas de Ponte do Porco, el paseo de playa Grande y la Senda das Marismas do Baxoi.

It is a treasure full of attractions with natural spaces, beautiful beaches, and areas of high environmental value, such as Ponte do Porco and its surroundings. It highlights its cultural heritage, such as the Romanesque church of San Xoán de Vilanova, the windmill of Boucelo, and the chapel of Guadalupe. In addition, it offers trails to enjoy the landscape such as the English Way, the Senda dos Sentidos (path of the senses), the Fraga do Xarío, the Muiños do río Xarío, the Ruta dos Muiños, the seaside promenade, the footbridges of Ponte do Porco, the beach promenade of Grande Beach, and the Senda das Marismas do Baxoi.

+ Info: turismodemiño.com



ARZÚA

Enclavada en la ribera del río Ulla, Arzúa se erige como cuna del queso, con su propia denominación de origen, y su preciada miel, productos cuya esencia se fusiona con el alma del Camino de Santiago Francés en su última parada antes de llegar a Santiago de Compostela, como atestigua su patrimonio religioso, con numerosas capillas e iglesias como la Capela da Magdalena del siglo XIV, Dombodán o Fonte Santa. También está abrazada por un espectacular entorno natural, destacando la Fervenza das Hortas, una cascada con una caída de 30 metros; el embalse de Portodemouros; su playa fluvial o las diversas rutas de senderismo.

Nestled on the banks of the Ulla River, it stands as the birthplace of cheese with its own designation of origin and its precious honey, products whose essence merges with the soul of the French Way, in its last stop before reaching Santiago de Compostela, as evidenced by its religious heritage, with numerous chapels and churches such as the 14th-century Capela da Magdalena, Dombodán, or Fonte Santa. It is also embraced by a spectacular natural environment, highlighting the Fervenza das Hortas, a waterfall with a 30-meter drop; the Portodemouros Reservoir; its river beach; and the various hiking trails.

+ Info: arzua.gal

FECHAS SEÑALADAS

NOTABLE DATES

LAS RAÍCES DE LA CULTURA

CULTURAL ROOTS



SAN JUAN

CORUÑA · JUNIO

La noche de San Juan, la más corta, mágica y llena de mitos y leyendas del año, es la fiesta más famosa de la ciudad, declarada Fiesta de Interés Turístico Internacional, en la que se encienden cientos de hogueras por la urbe. Durante toda la jornada del 23 de junio se suceden pasacalles en los que no faltan las bandas de música, las gaitas y bailes tradicionales, así como las comparsas de gigantes y cabezudos que llenan las calles de color, alegría y sonidos festivos. El olor a sardinas asadas se extiende por la ciudad a la hora de la cena en todos sus barrios y, especialmente, en las playas urbanas de Orzán y Riazor, donde se llegan a reunir más de cien mil personas, donde durante todo el día se han formado las famosas hogueras para encenderlas todas al unísono a las 12 de la noche, cuando el color del fuego se refleja en las aguas del océano Atlántico: “a noite da queima” ha llegado a su máximo apogeo.

The night of San Juan, the shortest, most magical, and full of myths and legends of the year, is the most famous festival in the city, declared a Festival of International Tourist Interest, where hundreds of bonfires light up throughout the city. Throughout the day on June 23, there are parades with music bands, bagpipes, traditional dances, and processions of giants and big-headed figures that fill the streets with color, joy, and festive sounds. The aroma of grilled sardines spreads throughout the city at dinner time in all its neighborhoods, especially on the urban beaches of Orzán and Riazor, where more than a hundred thousand people gather. Throughout the day, famous bonfires are set up to be lit all at once at midnight when the color of the fire reflects in the waters of the Atlantic Ocean: “a noite da queima” (the burning night) has reached its peak.



EXALTACIÓN DEL MEJILLÓN

BOIRO · AGOSTO

La fiesta más popular de la población rinde homenaje cada año a este molusco, el oro negro de la ría de Arousa, que tanto abunda en sus costas. En cabo da Cruz se llegan a reunir hasta 3000 comensales donde, a ritmo de gaitas y música de bandas, se consumen más de 6000 kilos de producto cocinado de diferentes formas. La fiesta también tiene un eje cultural, ya que se pueden ver exposiciones etnográficas, vídeos o mesas redondas que ayudan a saber el trabajo que hay detrás de tan preciado producto.

It is the most popular festival in the town. It celebrates yearly the exaltation of this mollusk, the black gold of the Ría de Arousa, so abundant in its waters. In Cabo da Cruz, up to 3,000 diners gather, where, to the rhythm of bagpipes and band music, over 6,000 kilos of the mollusk are consumed and prepared in various ways. The festival also has a cultural component, as visitors can explore ethnographic exhibitions, videos, roundtable discussions, and more, providing insight into the work behind such a prized product.



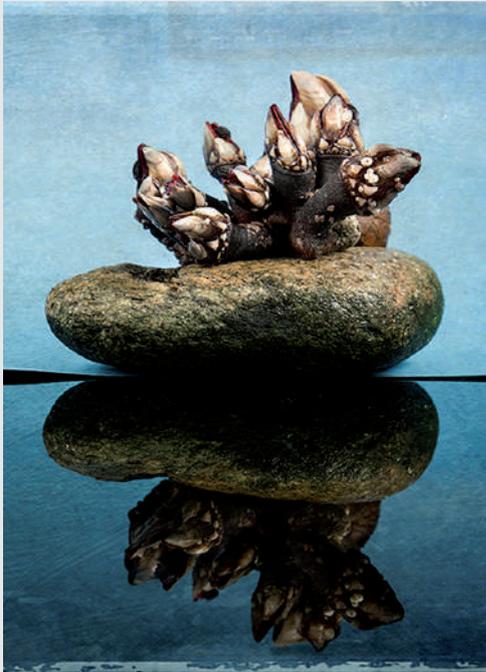
FIESTA DEL APÓSTOL

SANTIAGO DE COMPOSTELA ·

JULIO

Las celebraciones dedicadas al apóstol, patrón de Santiago, de Galicia y de España, duran aproximadamente quince días. En estas fiestas conviven la solemnidad religiosa y oficial con la tradición popular, la música, animación, danza y teatro, convirtiendo a la ciudad en un gran festival. La noche del 24 hay un impresionante espectáculo de fuegos artificiales en honor al apóstol que se puede ver desde cualquier punto de la capital gallega. El día 25, durante la misa que se celebra en la catedral, se hace la tradicional ofrenda al apóstol Santiago con la emocionante ceremonia del columpio del botafumeiro.

The celebrations dedicated to the Apostle, patron saint of Santiago, Galicia, and Spain, last approximately fifteen days. These festivities combine religious and official solemnity with popular tradition, music, entertainment, dance, and theater, turning the city into a grand festival. On the night of the 24th, an impressive fireworks display takes place in honor of the Apostle, visible from any point in the Galician capital. On the 25th, during the mass held in the cathedral, the traditional offering to the Apostle Santiago takes place with the emotional ceremony of the botafumeiro (smoke expeller) swing.



FESTA DO PERCEBE

CORME · JULIO

Desde principios de los años 90, el primer sábado de julio se celebra la fiesta-exaltación del famoso percebe de Roncudo, declarada de interés turístico. Un mes antes, los percebeiros empiezan a “apañar” entre las piedras para que el sábado festivo, el pueblo de Corme, en el municipio de Ponteceso, se llene de personas de todo Galicia en busca de este preciado manjar del mar. En la carpa del puerto, los platos de la degustación de percebes y cachelos corren desde el mediodía. Y por la noche no falta la costumbrista verbena con música y baile.

Since the early 1990s, on the first Saturday of July, the festival-exaltation of the famous Roncudo barnacle has been celebrated. It is declared of tourist interest. A month before, the barnacle gatherers start “collecting” among the rocks so that on the festive Saturday, the town of Corme, in the municipality of Ponteceso, is filled with people from all over Galicia in search of this precious sea delicacy. In the harbor tent, plates of barnacle and boiled potatoes start from noon. A, there is a traditional verbena with dancing and music.



FESTA DAS MORTALLAS

A POBRA DO CARAMIÑAL ·

SEPTIEMBRE

Fiesta declarada de interés turístico de Galicia. En septiembre, desde el siglo XV se celebra la procesión más peculiar de Galicia. Cuenta la leyenda que el regidor de la época condenó a muerte a cuatro salteadores y en la víspera de la procesión cayó enfermo. Tras recuperar la salud se presentó en la procesión vistiendo su mortaja y los condenados portando su ataúd. Como gratitud al Nazareno, los indultó. Hoy en día, el santo procesiona acompañado de un desfile de ataúdes que preceden a los devotos que esquivaron la muerte.

It is a festival declared of tourist interest in Galicia. In September, since the 15th century, the most peculiar procession in Galicia is celebrated. Legend has it that the mayor of the time condemned four robbers to death, and on the eve of the procession, he fell ill. After recovering his health, he appeared in the procession dressed in his shroud, with the condemned carrying their coffin. Out of gratitude to the Nazarene, he pardoned them. Today, the saint processes accompanied by a parade of coffins that precede the devotees who escaped death.





FIESTA DEL PIMIENTO HERBÓN

PADRÓN · AGOSTO

El primer sábado de agosto se celebra la fiesta de exaltación del pimiento de Herbón, declarada de interés turístico de Galicia. Desde hace más de treinta años, la Carballeira del Convento franciscano de Santo Antón de Herbón, parroquia padronesa, es el escenario donde se rinde homenaje a los sabrosos pimientos con Denominación de Origen Protegida gallega, que una vez fritos y bien sazonados, son los reyes e icono del tapeo más típico de Galicia. Tras un desfile de tractores engalanados, la ofrenda a la pimenteira, el pregón de la fiesta y el nombramiento de las nuevas damas y nuevos caballeros de la Orde do Pemento de Herbón, la organización reparte gratuitamente en torno a 3000 kg de pimientos. Estos conocidos pimientos de Herbón fueron traídos por los frailes franciscanos desde México en el siglo XVI. Las condiciones del terreno de Herbón, su clima y las técnicas de cultivo hacen que, por su sabor y su picante moderado, sean inimitables.

On the first Saturday of August, the festival of the exaltation of the Herbón pepper, declared of tourist interest in Galicia, is celebrated. For more than thirty years, the Carballeira of the Franciscan Convent of Santo Antón de Herbón, in the parish of Padrón, has been the stage where homage is paid to the tasty peppers with Protected Designation of Origin from Galicia, which, once fried and well seasoned, are the kings and icons of the most typical tapas in Galicia. After a parade of decorated tractors, the offering to the pepper tree, the festival proclamation, and the appointment of the new ladies and knights of the Orde do Pemento de Herbón, the organization distributes around 3,000 kg of peppers for free. The Franciscan friars brought these well-known Herbón peppers from Mexico in the 16th century. The conditions of the Herbón terrain, the climate, and cultivation techniques make them inimitable for their flavor and moderate spiciness.



FESTA DO QUEIXO

ARZÚA · MARZO

Con más de 40 años de historia, la Fiesta de Interés Turístico de Galicia se ha consolidado como una de las citas gastronómicas más importantes de la comunidad. El evento conjuga el mercado y degustación del queso de Arzúa-Ulloa con una amplia programación de eventos culturales que incluyen conciertos, teatro, talleres y concurso de tapas y pinchos en los establecimientos de hostelería.

With over 40 years of history, the Festival of Tourist Interest in Galicia has become one of the most important gastronomic events in Galicia. The event combines a market and tasting of Arzúa-Ulloa cheese with a diverse program of cultural events, including concerts, theater, workshops, and a tapas competition in hospitality establishments.



FEIRÓN MEDIEVAL DOS ANDRADE

PONTEDEUME · JULIO

Durante el primer fin de semana de julio, Pontedeume retrocede hasta el siglo XIV y se convierte en una villa medieval. Hay un sinfín de puestos y actividades programadas, entre las que destaca la histórica Revolta Irmandiña, que recrea el asalto al castillo de los Andrade y que está considerada una de las revueltas sociales más importantes de Europa.

During the first weekend of July, Pontedeume goes back to the 14th century and becomes a medieval town. There are countless stalls and scheduled activities, among which the historic Irmandiña Revolt stands out, recreating the assault on the castle of the Andrade and considered one of the most important social revolts in Europe.



FESTA DO COCHIÑO

CERCEDA · JULIO

La fiesta nace en 1997 como necesidad de enlazar la tradición cultural y gastronómica de la localidad. Convertida en un referente de la provincia, la romería ensalza los valores de una carne tan preciada como la del cochinillo, donde, además de la degustación, se llevan a cabo actuaciones de música, orquestas y fuegos artificiales.

The festival originated in 1997 as a need to connect the cultural and gastronomic traditions of the locality. Now a reference in the province, the pilgrimage highlights the value of prized meat such as cochinillo (suckling pig). In addition to tastings, there are musical performances, orchestras, and fireworks displays.



FESTA DO REQUEIXO

A CAPELA · AGOSTO

Una fiesta gastronómica de gran tradición y popularidad en la provincia. Celebrada desde 1989 el último domingo de agosto, ofrece la degustación de un producto gallego tan tradicional como es el requesón, elaborado de forma artesanal. Aquí se reparten entre los asistentes unas 15.000 raciones del preciado plato elaborado con leche de vaca. La fiesta continúa a lo largo de todo el día con actuaciones musicales, actividades infantiles, pasacalles, exposiciones de artesanía y maquinaria, muestras de oficios y otras actividades.

It is a gastronomic festival with great tradition and popularity in the province. Celebrated since 1989 on the last Sunday of August, the event offers a tasting of a traditional Galician product, cottage cheese, artisanally crafted. Around 15,000 servings of the popular dish made from cow's milk are distributed among attendees. The festival continues throughout the day with musical performances, children's activities, parades, craft and machinery exhibitions, trade demonstrations, and other activities.



SEMANA SANTA

FERROL · ABRIL

La Semana Santa de Ferrol tiene más de 400 años de historia y está considerada Fiesta de Interés Turístico Internacional. Su singularidad está en la amalgama de formas y estilos de sentir la Pasión de Cristo de las personas llegadas de diferentes lugares de España. Hoy en día, una veintena de procesiones recorren, desde el Domingo de Ramos al de Resurrección, las calles del barrio histórico de la Magdalena, el Arsenal Militar o el Ferrol Vello, mostrando el fervor religioso en torno a los pasos de sus cinco cofradías, herederas de una tradición secular. Vistosa, multitudinaria, emotiva y solemne.

Easter Week in Ferrol has more than 400 years of history and is considered a Festival of International Tourist Interest. Its uniqueness lies in the amalgam of ways and styles of feeling the Passion of Christ of people from different parts of Spain. Today, from Palm Sunday to Easter Sunday, around twenty processions go through the streets of the historic district of Magdalena, the Arsenal Militar (naval base) or Ferrol Vello, showing the religious fervor around the steps of its five confraternities, heirs of a secular tradition. Colorful, multitudinous, emotional, and solemn.

ELOGIO A LA TIERRA

Praise to the land

La columna vertebral de Galicia es su despensa, un paradigma de la fuerza y autenticidad gastronómica de nuestro país. La característica más destacable de sus producciones culinarias es la sencillez, donde apenas se transforman las materias primas, para así disfrutar de toda su intensidad natural. Es un universo cultural rebosante de sensaciones, aromas, sabores y colores.

Galicia está teñida del verde intenso de sus grelos y berzas, del rojo de sus nécoras y de sus centollos, del amarillo de sus patatas y quesos y del negro de su licor café. La gran consistencia de la gastronomía tradicional es claro ejemplo de una cultura muy viva que ha logrado, con esmero, congregar la evolución propia de cada tiempo. Los pescados nacidos y criados en sus amplios kilómetros de costa (incluyendo sus famosas rías) aportan la frescura del mar. Los mariscos actúan cuales buques acorazados de una cocina vistosa y llamativa. Las carnes de la Galicia interior añaden su gusto al vigor de esta tierra. Así es Galicia, un territorio bendecido (más allá del Apóstol Santiago) por una despensa abundante que pone el foco en las grandes materias primas de la tierra, la huerta, la granja y el mar. Una región de sabor y saber en el que la historia se perpetúa y las costumbres gastronómicas son practicadas con visión y esmero. Recorremos su diversidad gastronómica a través de algunos de sus productos indispensables.

PATATA

A pesar de que es originaria de América, Galicia se ha adueñado de ella hasta que la ha hecho tan suya como la castaña o los mismos grelos, incluyéndola en la Indicación Geográfica Protegida. La patata se comenzó a cultivar desde el siglo XVIII, en especial en las zonas de Bergantiños (Coristanco), Xinzo de Limia, Lemos y Terra Chá-A Mariña.

La patata gallega es de carne blanca y tiene una presencia de ojos superficiales y una piel fina y lisa de color amarillo. Una característica importante es que tiene una textura en boca firme, ligeramente harinosa.

LThe backbone of Galicia is its pantry, a paradigm of our country's gastronomic strength and authenticity. The most notable characteristic of its culinary productions is simplicity, where raw materials are barely transformed, in order to enjoy their natural intensity to the fullest. It is a cultural universe overflowing with sensations, aromas, flavors, and colors.

Galicia is tinged with the intense green of its rapini and cabbages, the red of its velvet crabs and spider crabs, the yellow of its potatoes and cheeses, and the black of its coffee liqueur. The great consistency of traditional gastronomy is a clear example of a very vibrant culture that has managed, with care, to bring together the inherent evolution of each period. The fish born and raised along its extensive kilometers of coastline (including its famous estuaries) bring the freshness of the sea. The seafood is a prominent part of a showy and striking cuisine. The meats from the inland areas of Galicia add flavor to the vigor of this land. This is Galicia, a territory blessed (beyond the Apostle Santiago) with an abundant pantry that focuses on the great raw materials of the land, the orchard, the farm, and the sea. It is a region of taste and knowledge where history is perpetuated, and culinary customs are practiced with vision and care. Let's explore its gastronomic diversity through six indispensable products.

PATATA

Although the potato is originally from America, Galicia has embraced it and made it as much its own as chestnuts or rapini, incorporating it into the Protected Geographical Indication. Potato cultivation began in the 18th century, especially in the areas of Bergantiños (Coristanco), Xinzo de Limia, Lemos, and Terra Chá-A Mariña.

Galician potatoes have white flesh, shallow eyes, and thin, smooth, yellow skin. An important characteristic is their firm, slightly floury texture when eaten.







Su calidad excelente se debe principalmente a las características edafológicas de los suelos, las condiciones climáticas de las zonas de producción y, sobre todo, a los cuidados que los agricultores le ofrecen durante todo el proceso de cultivo.

PULPO

La riqueza del ecosistema de las costas de Galicia permite asegurar la calidad de sus productos del mar, bandera de la gastronomía gallega, y mundialmente conocida por la calidad de los mismos. El pulpo gallego es uno de los productos típicos más emblemáticos de Galicia, sobre todo gracias a uno de sus platos estrella: el pulpo á feira.

Por su sabor, textura y calidad, el pulpo gallego es muy apreciado por los amantes de la buena cocina a nivel mundial, debido a su sabor intenso y agradable, ya que se alimenta principalmente de otros mariscos como mejillones, centollos y nécoras.

La forma artesanal con la que se capturan es mediante las nasas que se lanzan al mar y se marcan con una boya.

CASTAÑAS

La castaña es una parte importante de Galicia, tanto a nivel paisajístico (especie autóctona) como cultural, produciendo el 60% de la producción nacional.

Es una de las más valoradas a nivel mundial por sus características organolépticas, que hacen referencia al color, su sabor dulce, su textura firme y no harinosa, a la apariencia y al olor.

Un producto saludable con pocas calorías y con minerales como potasio o magnesio, vitaminas, un contenido bajo en sodio y pocas grasas en el que, además, son un 58-90% Omega 3 y Omega 6.

Cocidas, asadas, crudas, en harina o como mermelada, se puede preparar de múltiples formas. Este alimento fue (y sigue siendo) fundamental en la alimentación de los gallegos, aunque actualmente se consume sobre todo durante el otoño.

PERCEBE

El percebe es un crustáceo muy apreciado, un producto delicatessen debido a su intenso sabor a mar y su exquisita carne. Entre todos destaca el percebe de Roncudo, considerado uno de los mejores del mundo.

El percebe se reproduce en mar abierto donde rompe el oleaje. Es por ello que recogerlo sea una labor de riesgo, lo que conjuntamente con su escasez ocasionan sus elevados

Their excellent quality is mainly due to the soil characteristics, the climatic conditions of the production areas, and, above all, the care provided by farmers throughout the entire cultivation process.

PULPO

The richness of the ecosystem along the coasts of Galicia ensures the quality of its seafood products, which are the pride of Galician cuisine and renowned worldwide for their excellence. Galician octopus is one of the most emblematic typical products of Galicia, especially thanks to one of its star dishes: pulpo á feira.

Galician octopus is highly appreciated by food enthusiasts worldwide for its flavor, texture, and quality. It has an intense and pleasant taste, as it mainly feeds on other seafood such as mussels, spider crabs, and velvet crabs.

The traditional way of catching them is through the use of traps that are launched into the sea and marked with a buoy.

CASTAÑAS

The chestnut is an essential part of Galicia, both in terms of landscape (as a native species) and culture, producing 60% of the national production.

It is highly valued worldwide for its organoleptic characteristics, referring to color, sweet flavor, firm and non-floury texture, appearance, and aroma.

They are a healthy product with low calories and contain minerals such as potassium and magnesium, vitamins, low sodium, and low fat, with 58-90% Omega 3 and Omega 6.

Chestnuts can be prepared in various ways, such as boiled, roasted, raw, as flour, or as jam. This food was (and still is) fundamental in the diet of Galicians, although it is consumed mainly during autumn.

PERCEBE

Barnacles are highly prized crustaceans, a delicacy due to their intense sea flavor and exquisite meat. Among them, the barnacles from Roncudo stand out, considered one of the best in the world.

They reproduce in open sea areas where waves break. Harvesting them is a risky task, which, combined with their scarcity, contributes to their high prices. The best time to consume them is between March, June, September, and December.



precios. El mejor momento para consumirlos comprende los meses de marzo, junio, septiembre y diciembre.

Tiene muy bajo contenido en colesterol y grasa. Son ricos en proteínas de alto valor biológico que aportan al organismo aminoácidos esenciales. Son ricos en vitamina B12 y B9 o ácido fólico, B6, B3, B2, B1 y vitamina E. Los percebes gallegos son ricos en minerales como el potasio, fósforo, calcio y selenio que ayuda a fortalecer el sistema inmune.

PAN DE CARBALLO

El pan de Carballo es, con razón, uno de los más afamados de Galicia, un claro ejemplo del buen hacer de los artesanos carballeses. Se trata de un pan esponjoso, lleno de ojos y muy sabroso, nacido del trigo y del maíz de la comarca de Bergantiños y de las aguas del río Anllóns, que durante siglos movía sus molinos para moler el cereal y hacer la mejor harina. Es un conocimiento que perdura en el tiempo para ofrecernos un producto de calidad insustituible en la mesa.

GUISANTE LÁGRIMA

El guisante lágrima gallego, de piel fina y crujiente, es un alimento conocido como caviar vegetal por sus cualidades de sabor, que recuerda a la hierba fresca, con un punto mentolado, dulzor y con una textura tierna y cremosa. Está considerado uno de los más caros del mundo, y en los últimos años se ha convertido en un imprescindible en los menús de chefs de primer nivel.

Su corazón, líquido, atesora azúcares y savia, lo que en boca supone toda una experiencia: la delicia en miniatura ‘estalla’.

They have low cholesterol and fat content. They are rich in high-quality proteins that provide essential amino acids to the body. Galician barnacles are rich in minerals such as potassium, phosphorus, calcium, and selenium, which help strengthen our immune system.

EL PAN DE CARBALLO

Pan de Carballo (bread) is rightfully one of the most renowned in Galicia, a clear example of the skill of Carballo's artisans. It is a fluffy, full-eyed, and very flavorful bread, born from the wheat and corn of the Bergantiños region and the waters of the Anllóns River, which for centuries powered its mills to grind the cereal and make the best flour. This knowledge has endured over time to offer us an irreplaceable quality product.

EL GUISANTE LÁGRIMA

The Galician tear pea (guisante lágrima) has a thin and crunchy skin, and it is known as vegetable caviar for its taste qualities, reminiscent of fresh grass with a minty touch, sweetness, and a tender and creamy texture. It is considered one of the most expensive in the world and has become an essential part of the menus of top-level chefs in recent years.

Its liquid core, rich in sugars and sap, provides a miniature “explosion” of delight in the mouth.

It is also a nutritional gem, with minimal energy and fat content, rich in proteins and carbohydrates. Additionally, it contains a significant amount of fiber, vitamin C, mine-





También es una joya desde el punto de vista nutricional. Su contenido energético y graso es mínimo, pero es rico en proteínas e hidratos de carbono. Además, contiene una cantidad significativa de fibra, vitamina C, minerales como el magnesio y el fósforo y una proporción de vitamina B12 notablemente mayor al del resto de las legumbres.

El guisante lágrima comienza a plantarse a finales de octubre o principios de noviembre, mientras que su recolección es entre finales de febrero y principios de marzo.

GRELOS

Nuestros verdes amigos son los tallos tiernos del nabo, que surgen antes de la floración primaveral. Ningún producto de la huerta está tan arraigado en la cultura gastronómica gallega como los grelos, siendo una de las especialidades culinarias más emblemáticas de la región.

La mayor parte del consumo y producción de grelo en España proviene de Galicia, donde destaca su producción en la comarca de Bergantiños.

Su sabor algo amargo no es para todos los paladares, pero no decepciona. Además, los beneficios y la excelente calidad de los mismos han conseguido que su uso se popularizase y extendiese incluso fuera de nuestras fronteras. Bajos en calorías, son una verdura rica en calcio y en vitamina C, además de en ácido fólico. En ese mismo sentido se avala la presencia de glucosinolatos, un compuesto con virtudes anticancerígenas. Tiene una gran cantidad de fibra y de minerales como el fósforo o el magnesio.

rals such as magnesium and phosphorus, and a significantly higher proportion of vitamin B12 than other pulses.

Its planting begins at the end of October or early November, while harvesting starts between late February and early March.

GRELOS

Our green friends are the tender stalks of the turnip plant, which emerge before spring flowering. No vegetable product is as deeply rooted in Galician gastronomic culture as rapini, making them one of the most emblematic culinary specialties of the region.

Most rapini consumption and production in Spain comes from Galicia, with a highlight in the Bergantiños region.

Their slightly bitter taste may not suit all palates, but they do not disappoint. Besides, the benefits and excellent quality have led to their popularity and extension even beyond our borders. Low in calories, they are a vegetable rich in calcium, vitamin C, and folic acid. They also contain glucosinolates, a compound with anti-cancer properties. Rapinis have a high fiber and mineral content such as phosphorus or magnesium.





CENTOLLO

Muchos consideran al centollo gallego el rey de los mariscos, gozando de una de las carnes más apreciadas en el mundo, debido a su exquisito sabor y su presencia, que viste las mejores mesas en las ocasiones más especiales. El centollo es un crustáceo que habita en aguas del Atlántico noreste y también en el Mediterráneo. Las aguas de las rías gallegas aportan las condiciones óptimas para su crecimiento y desarrollo, que, sumado a su captura de forma artesanal con nasas, hace que el centollo gallego sea especialmente delicioso y apreciado internacionalmente. Su captura comienza generalmente en noviembre y se prolonga hasta junio, siendo la mejor época para degustarlas en invierno, entre los meses de diciembre a marzo.

ALMEJA

Los arenales gallegos son indiscutiblemente reconocidos por la calidad de su almeja, de la que se cultivan sobre todo cuatro variedades: La fina, la babosa, la rubia y la japónica, pudiéndolas consumir todo el año.

La almeja fina gallega es la de mayor valor gastronómico, destacando la zona de producción la Ría de Camariñas o de Carril. Su captura se hace a pie firme con “azada”, con cucharas o bien localizando los agujeros que dejan sus sifones en la arena. Su sabor, calidad y frescura permite incluso consumirla cruda.

Tienen muy pocas calorías y aporta proteínas y vitamina B, y minerales como el hierro, potasio, calcio, selenio y zinc.

SPIDER CRAB

Many consider the Galician spider crab the king of shellfish, enjoying one of the most prized seafood in the world due to its exquisite taste and presence, which graces the finest tables on the most special occasions. The spider crab is a crustacean inhabiting the waters of the northeastern Atlantic and also the Mediterranean. The waters of the Galician estuaries provide optimal conditions for its growth and development, which, combined with its artisanal capture with traps, makes the Galician spider crab especially delicious and internationally appreciated. Its capture generally begins in November and extends until June, with the best time to taste them being in winter, between December and March.

CLAM

The Galician sandbanks are undeniably recognized for the quality of their clam, of which four varieties predominantly exist: fina (fine), babosa (slug), rubia (blonde), and japónica, which people can consume throughout the year.

The Galician fina clam has the highest gastronomic value, with the estuaries of Camariñas o Carril as the production area. Its capture is done on foot with a hoe, with spoons, or by locating the holes left by their siphons in the sand. Its flavor, quality, and freshness allow it to be consumed raw.

They have few calories and provide proteins, vitamin B, and minerals such as iron, potassium, calcium, selenium, and zinc.

GINEBRA FOCKINK



MARCA LA DIFERENCIA · MAKE A DIFFERENCE

Wynand Fockink, nombre histórico de la destilería, ha dejado huella desde su creación en 1679, contribuyendo significativamente a la cultura del gin en el mundo. Basada en una memorable receta pero con espíritu renovado, ha sido reeditada siguiendo un proceso meticuloso, parcialmente artesanal, perfeccionado por una técnica propia, transformando cada una de las fases en un método único e innovador que se abraza a las nuevas tecnologías, donde combina el alcohol neutro de diferentes cereales y destilado de enebro con las formuladas mezclas de maceraciones térmicas indirectas de plantas, hierbas, frutas y especias que ceden sus aromas para lograr como resultado una ginebra sensorial 360°, diferenciadora, al estilo London Dry Gin con clase. Estos procesos hacen de ella una bebida espirituosa única, sin sabores ni colorantes artificiales. Marcar la diferencia es la clave de esta gran ginebra que renace en Cerceda, Galicia, donde se aseguran de que cada botella sea el fiel reflejo de su experiencia.

Wynand Fockink, the historic name of the distillery, has made an impact since its creation in 1679, significantly contributing to the gin culture worldwide. Based on a memorable recipe but with a renewed spirit, it has been reissued following a meticulous, partially artisanal process perfected by its own technique, transforming each phase into a unique and innovative method that embraces new technologies. It combines neutral alcohol from different cereals and juniper distillates with formulated mixtures of indirect thermal macerations of plants, herbs, fruits, and spices that impart their aromas to achieve a 360° sensory gin, distinctive, in the style of London Dry Gin and classy. These processes make it a unique spirit without artificial flavors or colorings. Making a difference is the key to this great gin reborn in Galicia, in Cerceda, where they ensure that each bottle is the faithful reflection of their expertise.

Avenida de Galicia, 12- Cerceda - A Coruña/ Tel: 673 770 246 · ginfockink.com

Termaria

UN OASIS DE RELAX

AN OASIS OF RELAXATION

Ubicado a escasos metros de la playa urbana de Riazor y del paseo marítimo de A Coruña, Termaria Casa del Agua es el lugar perfecto donde desconectar, a un paso del bullicio del centro de la ciudad.

Acariciado por la brisa del mar, es el lugar donde bajar el ritmo y resetear cuerpo y mente del ajetreo del día a día.

¿Qué hace que Termaria se haya convertido en un templo del bienestar? Su privilegiada ubicación, pues es el único centro de talasoterapia urbano de Galicia, el confort, la exclusividad y la gran oferta wellness de sus instalaciones. Es todo un oasis de bienestar.

El uso combinado del agua marina no solo constituye una experiencia relajante y divertida, también aporta un sinnúmero de beneficios terapéuticos, como entrenamiento de recuperación o mejora del rendimiento y del bienestar.

Termaria es sinónimo de ocio, relajación y salud. El centro nos propone una amplia oferta de actividades y servicios para todos los públicos, gustos y edades. Destaca su impresionante conjunto de piscinas activas equipadas con todo tipo de puestos de hidroterapia: sillones, bancos, camas de hidromasaje, jacuzzis, río remolino, cascadas, cañones, cuellos de cisne... También podrás sumergirte en un mar de relajación a través del circuito de contraste equipado con varias saunas, una de ellas exterior, minipiscinas de agua salada, duchas de contraste, fuente de hielo, el rotenburo japonés o una piscina exterior rodeada de jardines. Cuenta con más de una veintena de cabinas para tratamientos individuales, además de las salas de fitness con todo tipo de máquinas de última generación y salas de actividades que completan su succulenta oferta.

El poder que tiene este templo del agua sobre aquellos que cruzan las puertas de sus instalaciones es innegable. Los pocos minutos que lo separan del centro de la ciudad son suficientes para poner tierra y silencio de por medio y que la calma te envuelva en un estado de relajación del que no querrás salir.

Located just a few meters from the urban beach of Riazor and the seaside promenade of A Coruña, Termaria Casa del Agua is the perfect place to disconnect just a step away from the hustle and bustle of the city center.

Caressed by the sea breeze, it is the place to slow down and reset body and mind from the daily liveliness.

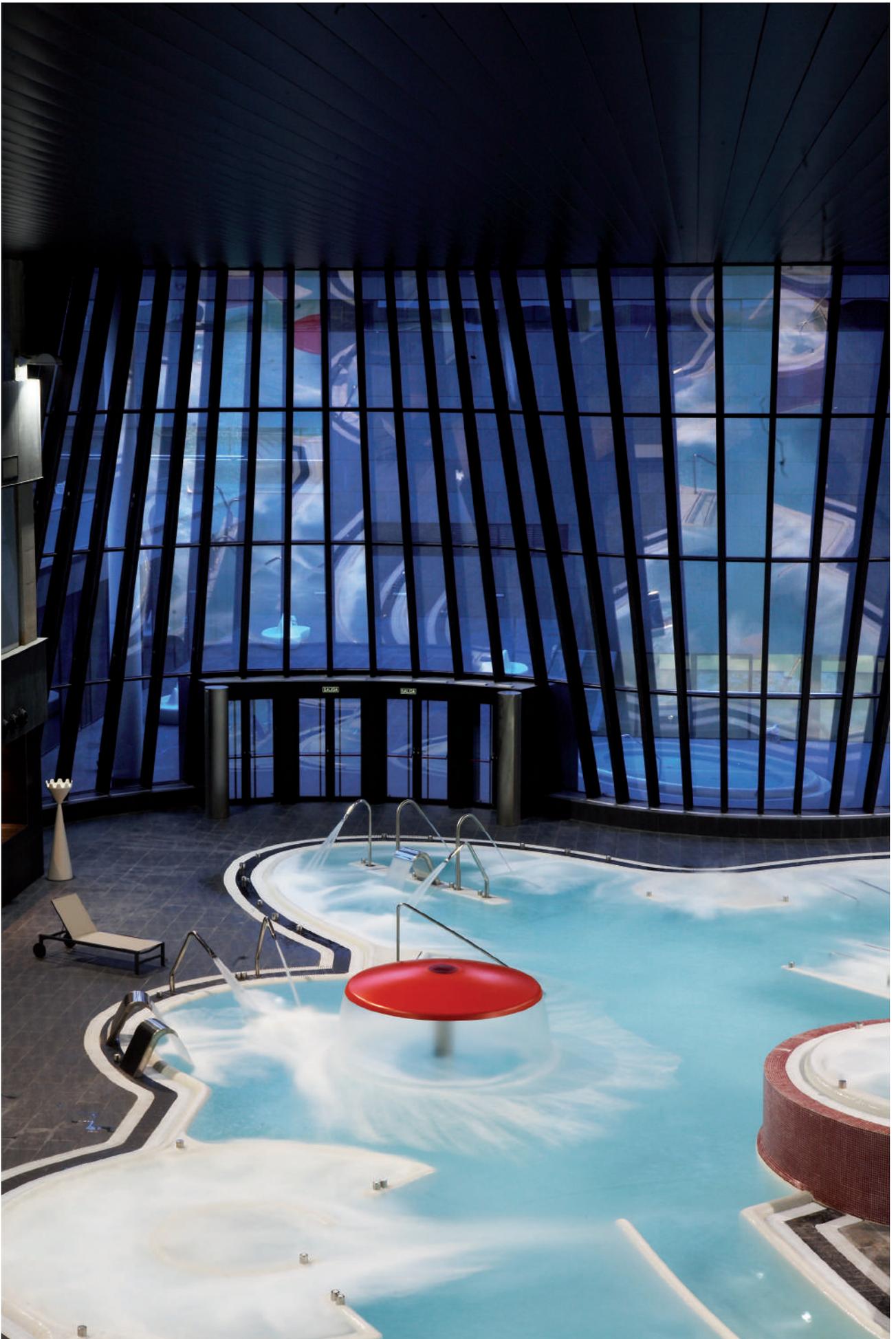
What makes Termaria a temple of well-being? Its privileged location, as it is the only urban thalassotherapy center in Galicia, comfort, exclusivity, and the extensive wellness offerings of its facilities. All in all, it is an oasis of well-being.

The combined use of seawater not only provides a relaxing and enjoyable experience but also offers numerous therapeutic benefits, such as recovery training or improvement of performance and well-being.

Termaria is synonymous with leisure, relaxation, and health. The center offers numerous activities and services for all audiences, tastes, and ages. It highlights an impressive set of active pools equipped with all kinds of hydrotherapy features: chairs, benches, hydromassage beds, jacuzzis, whirlpool rivers, waterfalls, cannons, swan necks... You can also immerse yourself in a sea of relaxation through the contrast circuit equipped with several saunas, one of them outdoors, mini saltwater pools, contrast showers, an ice fountain, the Japanese rotenburo, or an outdoor pool surrounded by gardens. It boasts over twenty cabins for individual treatments, in addition to fitness rooms with newest generation machines and activity rooms, completing their tempting offering.

The power that this water temple has over those who enter its facilities is undeniable. The few minutes that separate it from the city center are enough to create distance and silence, allowing calmness to envelop you in a state of relaxation you would not want to leave.





PORTELA

SENCILLEZ BIEN ENTENDIDA · WELL-UNDERSTOOD SIMPLICITY

Coruña se ha ganado la fama de ser uno de los epicentros gastronómicos de referencia del noroeste peninsular. Sumado a su bullicioso ambiente, la ciudad de la luz es perfecta para dejarse llevar en alguna de las múltiples opciones culinarias. Entre ellas destaca Portela, uno de esos espacios culinarios para los amantes del buen comer y beber, especializado en pescados y mariscos que traen a diario del mercado y la lonja, además de otros platos típicos de la cocina tradicional gallega. Estos honores le han valido la Q de calidad turística.

El espacio, creado en 2019, está decorado elegantemente y con buen gusto en sus dos plantas y terraza exterior, ocupando el edificio que durante años fue uno de los establecimientos de Casa Barros, en el cruce de caminos que forman las concurridas calles Franja, Bailén, Barrera y Galera.

En su propuesta gastronómica resuenan los sabores autóctonos con materia prima de primera calidad y de kilómetro 0, en recetas clásicas y bocados con un toque de innovación, adaptados a los gustos del presente. Hay que destacar el chuletón o su lubina, entre muchos otros.

La sencillez bien entendida, la tradición y la calidad venden siempre por sí mismos, de ahí su buen hacer y su fama bien merecida. Si el cuerpo te pide un buen maridaje, déjate aconsejar por su selección de más de 200 vinos que merece la pena probar, además de una extensa apuesta por el champán de las mejores maisons. Una comida perfecta termina con un toque dulce. Haz hueco para el postre y degusta la tarta de queso.

Coruña has earned the reputation of being one of the gastronomic epicenters in the northwest of the Peninsula. Coupled with its bustling atmosphere, the city of light is perfect for indulging in one of the numerous culinary options. Among them, Portela stands out, a culinary space for enthusiasts of good food and drink, specializing in daily-sourced fish and seafood from the market and the fish market, as well as other typical dishes from traditional Galician cuisine. These honors have earned it the Q for tourist quality.

The space, established in 2019, is elegantly and tastefully decorated across its two floors and outdoor terrace, occupying the building that was one of the establishments of Casa Barros for many years, at the crossroads of the busy streets Franja, Bailén, Barrera, and Galera.

In its gastronomic proposal, native flavors resonate with top-quality and locally sourced raw materials in classic recipes and bites with a touch of innovation adapted to contemporary tastes. Notable items include the T-bone steak or sea bass, among many others.

Well-understood simplicity, tradition, and quality always speak for themselves, hence their expertise and well-deserved fame. If you want to try a good wine pairing, let yourself be guided by their selection of over 200 wines worth tasting and an extensive commitment to the champagne from the best maisons. A perfect meal ends with a sweet touch. Save room for dessert and savor the cheesecake.



ORIXE



AROMAS DE LA TIERRA · AROMAS OF THE LAND

Un viaje por los sabores, aromas y texturas de Galicia, donde los clientes son tratados como invitados.

En esta casa, con la cocina como centro, la madera, la piedra y el hierro fundido inspiran a las casas tradicionales, Martín Pais presenta una vuelta a las raíces, a nuestra infancia, recuperando y rindiendo tributo a las “recetas de las abuelas”.

Como base de las recetas, unos productos frescos de primera calidad que siguen los procesos naturales, con los que elabora platos llenos de sabores, aromas y texturas que recuerdan la gastronomía gallega más tradicional, pero con un fino aire de modernidad, generando una experiencia de recuerdos, conversaciones y sentimientos, que se complementa con una cuidada selección de vinos gallegos que maridan a la perfección con unas elaboraciones exquisitas como el arroz al estilo miña madiña o el pescado a la muradá. También disponen de venta web para artículos de productores locales inspirado en el antiguo ultramarinos de sus padres.

A journey through the flavors, aromas, and textures of Galicia, where customers are treated like guests. In this establishment, with the kitchen at its core, where wood, stone, and cast iron inspire traditional homes, Martín Pais presents a return to roots, to our childhood, recovering and paying tribute to “grandmothers’ recipes.”

At the foundation of the recipes are fresh, top-quality products that follow natural processes. These ingredients are used to create dishes full of flavors, aromas, and textures reminiscent of the most traditional Galician gastronomy but with a subtle touch of modernity. This generates an experience of memories, conversations, and feelings, complemented by a carefully selected range of Galician wines that pair perfectly with exquisite creations such as Miña Madiña-style rice or muradá-style fish.

They also offer online sales for items from local producers, inspired by their parents’ old grocery store.

Rúa das Casas Reais 21, Santiago de Compostela · Tl. 981 115 092 · orixegastronomiagallega.com

JALEO



ALTA COCINA EN MINIATURA · HIGH CUISINE IN MINIATURE

Este es un establecimiento fresco y con fuerza, orgulloso de celebrar el 10º aniversario desde que el equipo, formado por la chef Ángeles Marzoa, el responsable de sala Marco A. Tirado y Juan Pérez como sommelier, dejó atrás una consagrada Estrella Michelin para crear Jaleo. Se trata de una propuesta culinaria con excelentes dosis de creatividad y un respeto máximo a la materia prima, donde aparecen sabores reconocibles como su plato fish & chips pero con nuevos matices, para una experiencia más cautivadora. Jaleo dispone de una barra informal, donde disfrutar de su cocina en miniatura y de las gratas sorpresas fuera de carta. La vinoteca cuenta con una bodega espectacular, con Juan como piloto en esta ruta sensorial, con más de 400 referencias en carta y 40 en copas, dándole prioridad a la visibilidad de pequeños productores gallegos con sus tesoros ocultos. Siempre trabajan con reserva. Es un lugar de parada obligada en la ciudad.

EThis is a vibrant establishment, proud to celebrate its 10th anniversary since the team, formed by chef Ángeles Marzoa, dining room manager Marco A. Tirado, and Juan Perez as the sommelier, left behind a well-established Michelin Star to create Jaleo. It consists of a culinary proposal with excellent doses of creativity and utmost respect for raw materials, where recognizable flavors like their fish & chips dish emerge but with new nuances, offering a more captivating experience. Jaleo has an informal bar where you can enjoy their miniature cuisine and pleasant surprises from the off-menu offerings. The wine cellar boasts a spectacular collection, with Juan as the guide on this sensory journey, featuring over 400 references on the menu and 40 available by the glass. They prioritize showcasing small Galician producers with their hidden treasures. Reservation is indispensable. It is a must-visit spot in the city.

Rúa da Galera, 43, A Coruña · Tl. 881 916 520 ·   

A TAFONA

ODA A LA TRADICIÓN Y LA CULTURA · ODE TO TRADITION AND CULTURE

Todo en esta casa es especial. Informal y lleno de contrastes, el restaurante combina sus paredes en piedra, donde cuelgan fotos de las valientes productoras gallegas, con una preciosa escalera, un lucernario y algún detalle de diseño.

La personalidad de la chef Lucía Freitas se respira en cada rincón, en cada olor, en cada instante de la experiencia.

Una cocina sutil, fina, alegre y viva, de corte moderno, con mucho sabor, buena técnica y elegantes maridajes, que muestra que la chef es amante de respetar las raíces de la tradición del rural gallego, pero sin perder de vista las nuevas técnicas, de las que sacar nuevos saberes y sabores para generar bocados inéditos que estimulan las papilas y predisponen a seguir descubriendo una cocina inusual que evidencia la versatilidad de los productos de temporalidad y cercanía.

Una cocina abierta que no tiene más secreto que la pasión y el trabajo meticuloso, siempre al unísono de un equipo compacto, donde nada está dejado al azar.

La compostelana con Estrella Michelin desde hace un lustro y dos Soles Repsol, consigue algo difícil en el panorama gastronómico actual: un menú degustación coherente y excelente, entre la tradición y la modernidad, con platos que se complementan unos con otros para ofrecer un viaje por la gastronomía tradicional, y con el que da a conocer su genuino universo gastronómico y personal.

Everything in this establishment is special. Informal yet full of contrasts, the restaurant blends its stone walls with photos of courageous Galician producers with a beautiful staircase, a skylight, and some design details.

The personality of chef Lucía Freitas is evident in every corner, every scent, and every moment of the experience.

A subtle, refined, cheerful, and vibrant cuisine with a modern touch, bursting with flavor, excellent technique, and elegant pairings showcases the chef's love for respecting the roots of Galician rural tradition, but without losing sight of new techniques, extracting new knowledge and flavors to create unprecedented bites that stimulate the taste buds and predispose diners to continue discovering an unusual cuisine that highlights the versatility of seasonal and local products.

It is an open kitchen holding no secrets other than passion and meticulous work, always in harmony with a cohesive team where nothing is left to chance.

This place from Santiago has held a Michelin Star for five years and earned two Repsol Suns, achieving something challenging in today's gastronomic landscape: a coherent and excellent-tasting menu that balances tradition and modernity. The dishes complement each other, offering a journey through traditional gastronomy, unveiling chef Lucía Freitas's genuine culinary and personal universe.

Rúa da Virxe da Cerca, 7, Santiago de Compostela · Tl. 881 249 374 · luciafreitas.es · ☎



CHARLATÁN



MUCHO QUE DECIR • MUCH TO SAY

En la gastronómica calle Galera encontramos un espacio con mucho que “decir”. Se trata de un local con un cuidado diseño, inspirado en la oferta de las grandes barras gastronómicas de Madrid o Barcelona. Es de corte informal, pensado para disfrutar de una manera relajada, lejos de una atmósfera encorsetada, donde su barra es una de las protagonistas. En los fogones destacan el producto, la brasa y la calidad. Cuentan con platos originales, tratados con sencillez en los que se busca el sabor de los ingredientes con el toque preciso de fuego y de humo. Carnes, pescados frescos de la lonja y las pizzas con masa madre elaboradas a diario son sus grandes reclamos. Tienen una carta sencilla y breve con un recetario más bien clásico, donde destaca la calidad de su materia prima, cuyo secreto es buscar los mejores proveedores para las carnes, chacinas o pescados. También destaca su bodega con una selección de vinos, muchos reconocidos por su premios y calidad.

In the gastronomic Galera Street, we find a place with much to “say.” It consists of a venue with carefully designed interiors inspired by the offerings of the great gastronomic bars in Madrid or Barcelona. The casual design aims to be enjoyed in a relaxed manner, breaking away from a formal atmosphere, where the bar takes center stage. Product, grill, and quality stand out in the kitchen. They offer original dishes treated with simplicity, aiming to capture the flavor of the ingredients with the precise touch of fire and smoke. Their main attractions are meat, fresh fish from the market, and homemade pizzas. They have a simple and concise menu with a predominantly classic recipe collection that emphasizes the quality of their raw materials. Its secret lies in sourcing from the best suppliers for meats, cured meats, or fish. Their wine list also stands out, featuring a selection of wines, many renowned for their awards and quality.

Rúa Galera 17, A Coruña · Tl. 881 099 465 ·   

PECULIAR



SABOREA SIN PRISAS · TASTE WITHOUT HASTE

Álvaro Victoriano y Rubén García han formado un grupo de cuatro locales que se han convertido en referencia gastronómica de la ciudad: Peculiar, Intenso, Charlatán y Ultramarinos Galera. Su filosofía es clara: una apuesta por la cocina de autor y de mercado, marcada por un producto de primera calidad que busca la excelencia en todos los platos, junto con un servicio profesional de sala para hacer la experiencia perfecta. Peculiar ha sido su primer “retoño”, con el que han ido ganándose la fama por el buen hacer y su buen servicio. Su clave del éxito es sencilla: imaginativa cocina de mercado con la que Álvaro, a los fogones, ha sabido dar un toque diferente y divertido a la tradicional cocina gallega, aportando elementos mediterráneos basados en productos de temporada, para crear una carta exquisita y cuidada, como su falso risotto con vieiras al Oporto. Una opción irresistible para los amantes de lo dulce es su mousse de chocolate a la naranja amarga.

Álvaro Victoriano and Rubén García have formed a group of four establishments that have become a gastronomic reference in the city: Peculiar, Intenso, Charlatán, and Ultramarinos Galera. Their philosophy is clear: a commitment to signature and market cuisine, marked by top-quality ingredients that aim for excellence in every dish, besides an excellent service to make the experience perfect. Peculiar has been their first “offspring,” with which they have gained fame for their expertise and excellent service. The key to their success is simple: imaginative market cuisine where Álvaro, at the stove, has managed to give a different and fun twist to traditional Galician cuisine, incorporating Mediterranean elements based on seasonal products to create an exquisite and well-crafted menu, such as their fake risotto with scallops and port wine sauce. An irresistible option for dessert lovers is their chocolate mousse with bitter orange.

INTENSO



TABERNA 2.0 · TAVERN 2.0

Bajo el sello del Grupo Peculiar, el restaurante Intenso muestra la cocina más informal del grupo y es, seguramente, una de las mejores opciones para comer en la ciudad herculina. Se trata de un concepto lúdico donde lo divertido y casual no significa pasar por alto la calidad. Con una propuesta gastronómica generosa y atemporal, que sorprende tanto por su sabor como por su presentación, es ideal para compartir rodeados de los nuestros. La carta, en la que se mezclan sabores de aquí y de allá, es cambiante, pero hay platos que ya figuran como clásicos, como su tortilla de patatas con raxo, el taco de cochinita pibil, el falso risotto de gamba roja listada y secreto ibérico o su aclamado postre de pantera rosa. No olvidarás fácilmente estos sabores de un nuevo concepto de taberna. La experiencia de Intenso se completa con una carta de vinos corta pero con referencias gallegas y nacionales bien escogidos que se pueden tomar por copas o botella.

Under the seal of Grupo Peculiar, the restaurant Intenso showcases the most informal cuisine of the group and is likely one of the best dining options in the city. It is a playful concept where fun and casual do not mean overlooking quality. With a generous and timeless gastronomic proposal that surprises both in flavor and presentation, it is ideal for sharing with loved ones. The menu, blending flavors from here and there, is ever-changing. However, some dishes have already become classics, such as their Spanish potato omelet with raxo (pork loin), the cochinita pibil taco, the fake red prawn risotto with Iberian secret, or their acclaimed Pink Panther dessert. You will not easily forget the flavors of this new tavern concept. A short but well-curated wine list featuring Galician and national wines complements the Intenso experience. People can enjoy them by the glass or bottle.

Rúa Barrera 23, A Coruña · Tl. 622 320 586 · ☺ ☕

ULTRAMARINOS GALERA



ALMA DE ULTRAMARINOS · ALMA DE ULTRAMARINOS

Siempre ha estado de moda volver a los orígenes. Buscamos lugares donde vivir de primera mano ese pasado gastronómico tan importante de Galicia. De esta idea nace este local, un espacio polifacético en un ambiente heterogéneo, donde la tradición no está reñida con la modernidad. Es un homenaje a aquellas abacerías que se dedicaban a tener los mejores proveedores de conservas, embutidos, quesos, verduras y mariscos, con una buena selección de vinos y licores. Un lugar donde la barra clásica de trato sencillo manda, pero en el que puedes sentarte en mesa y disfrutar de platos con sabor a la cocina de “abuela”, con una cuidada presentación, sin perder un ápice de su esencia: productos reconocibles y sabores de la memoria, como sus especialidades de huevos encapotados, tortilla con almejas o su afamado arroz con leche. De su mostrador puedes llevarte a casa cualquiera de los productos que ofrecen.

Returning to origins has always been in fashion. We seek places to firsthand experience the important gastronomic past of Galicia. From this idea arises this establishment, a versatile space in a diverse environment where tradition blends seamlessly with modernity. It is a tribute to those traditional grocery stores dedicated to having the best suppliers of canned goods, cured meats, cheeses, vegetables, and seafood, with a fine selection of wines and spirits. It is a place where the classic, straightforward bar takes the lead but where you can also sit at a table and enjoy dishes reminiscent of “grandmother’s” cooking, with careful presentation without losing an ounce of its essence: recognizable products and flavors from memory, such as their specialties of huevos encapotados (eggs), Spanish omelet (tortilla) with clams, or their renowned rice pudding. You can take home any of the products they offer from their counter.

Rúa Galera, 21, A Coruña · Tl. 981 043 272 · ☎️ 🍷 🍴

BALARÉS

EL SABOR DE GALICIA • THE FLAVOR OF GALICIA

Una experiencia culinaria en un hotel sostenible enclavado en un paraíso natural de postal, donde disfrutar plenamente con los cinco sentidos.

Enmarcado en uno de los litorales más salvajes y singulares de la Costa da Morte se alza la figura del hotel Balarés. Es un nuevo concepto de alojamiento turístico sostenible, formado por seis apartamentos, un hórreo y una antigua casa de piedra convertida en restaurante, cuya estética y decoración bailan en sintonía con el entorno, creando un auténtico remanso de paz, siempre con la playa y el arrullo del Atlántico en el horizonte.

Su restaurante, en un escenario estrechamente ligado al mar y a la tierra, no podía ser menos. Su apuesta es una cocina abierta, en el que los comensales comparten el espacio junto a una lareira, para generar un lugar familiar y cercano y degustar una carta genuina, llena de contrastes y con aires vanguardistas. En ella priman los sabores tradicionales, creados con productos de mercado y de temporada, siempre sostenibles y de una calidad suprema, que llegan directamente de productores y pescadores locales, con los que su chef, Silvia Facal, improvisa día a día según los elementos.

Esta licencia creativa pone el broche de oro a una experiencia turística a medida que fusiona lo mejor de la naturaleza, el descanso y la gastronomía en este rincón de la Costa da Morte.

It is a culinary experience in a sustainable hotel nestled in a perfect natural paradise, where you can fully enjoy it with all five senses.

Situated on one of the wildest and most unique coastlines of Costa Da Morte stands the figure of Hotel Balarés. It is a new concept of sustainable tourist accommodation consisting of six apartments, a granary (hórreo), and an old stone house converted into a restaurant. Its aesthetics and decoration dance harmoniously with the surroundings, creating an authentic haven of peace, always with the beach and the murmur of the Atlantic on the horizon.

Its restaurant, in a setting closely linked to the sea and the land, could not be less captivating. It embraces an open kitchen concept, where diners share the space next to a fireplace to create a familiar and intimate atmosphere. Here, you can savor a genuine menu full of contrasts, with avant-garde touches, while prioritizing traditional flavors. The dishes are crafted with market-fresh and seasonal ingredients, always sustainable and of supreme quality, sourced directly from local producers and fishermen. Chef Silvia Facal improvises daily based on the available elements.

This creative license adds the finishing touch to a tailored tourist experience that combines the best of nature, relaxation, and gastronomy in this corner of the Costa da Morte.

Balares 3, A Coruña • Tl. 622 591 400 • balares.es •  





COCINA SEDUCTORA · SEDUCTIVE CUISINE

Que Santiago de Compostela vive un resurgir gastronómico importante estos últimos años es evidente. También es evidente que por donde pasa Áxel Smyth, triunfa. Tras conseguir una Estrella Michelin anteriormente, el chef presenta un proyecto propio en una de las calles más acogedoras de la ciudad. Junto a la chef Claudia Merchán, muestran una cocina fresca y elegante con platos que cambian constantemente en función del producto diario que les llega. Presentan unos platos que siguen la tradición culinaria gallega, de base, pero a los que aplican nuevas técnicas para llevarlos al máximo nivel y dar lugar a presentaciones únicas que seducen por su sabor. Se trata de una cocina que juega con la temporada y que se acompaña por una carta de vinos que también responde al mismo espíritu: reivindicar la excelencia. Ofrecen desde reconocidos vinos dulces hasta cautivadores espumosos, frescos rosados, refinados blancos o seductores tintos. Todo está preparado para dar forma a un santuario para los amantes de la buena gastronomía.

The gastronomic revival in Santiago de Compostela in recent years is evident. Also evident is that wherever Áxel Smyth goes, success follows. After previously earning a Michelin Star, the chef presents his own project on one of the most welcoming streets in the city. Alongside chef Claudia Merchán, they showcase fresh and elegant cuisine with dishes that constantly change based on the daily ingredients they receive. These dishes follow the Galician culinary tradition at their core, but they apply new techniques to elevate them to the highest level, resulting in unique presentations that seduce their flavors. It is a cuisine that plays with the seasons and complements a wine list that embodies the same spirit: a commitment to excellence. They offer from renowned sweet wines to captivating sparkling options, fresh rosés, refined whites, or seductive reds. Everything is in place to shape a sanctuary for lovers of good gastronomy.

LA ESCONDITA



EL ARTE DE LAS BRASAS • THE ART OF THE GRILL

Se trata de un coqueto restaurante con terraza ubicado en un lateral de la concurrida plaza de María Pita, el kilómetro cero y punto neurálgico de la ciudad. Una vez aquí, desconecta del móvil y del bullicio de la ciudad disfrutando de la buena mesa en un ambiente hogareño, íntimo y acogedor. Ofrece una carta más bien corta que llama la atención por su especialización en brasas con madera de encina, para dar a sus carnes y pescados el punto perfecto para que mantengan el sabor, la textura y el punto de cocción. Aquí todo se cocina al calor de la brasa, TODO, incluso sus postres, entre los que destacan la tarta de queso manchego o el brioche a la brasa. Toda una apuesta por la sencillez, la calidad y el sabor.

It is a charming restaurant with a terrace located on one side of the bustling María Pita Square, the kilometer zero and nerve center of the city. Once here, disconnect from your phone and the city buzz, enjoying good food in a homely, intimate, and welcoming atmosphere. They offer a short menu that stands out for its specialization in oak wood grills, giving its meats and fish the perfect touch to maintain flavor, texture, and cooking temperature. We cook everything over the grill's heat, EVERYTHING, even the desserts, among which the Manchego cheese cake or the grilled brioche stand out. It is a commitment to simplicity, quality, and flavor.

A LONXA D'ÁLVARO



DE LA LONJA AL PLATO · FROM THE FISH MARKET TO THE PLATE

La Costa da Morte tiene calidad gastronómica, como demuestran sus consagradas recomendaciones en la guía Michelin. Entre ellas, y frente al puerto de la localidad de Muxía, se encuentra esta casa, todo un referente donde encontrarás platos preparados con productos de máxima calidad.

Aquí se sigue una máxima: la recuperación de platos y técnicas tradicionales como secados, ahumados, marinados, encurtidos y escabeches preparados día a día, para dar a conocer y saborear la mejor cultura marinera a través de platos únicos.

Además, su carta presenta una amplia variedad de pescados y mariscos frescos, así como sabrosas carnes a la brasa. Todos son productos de proximidad, acompañados por una amplia y selecta carta de vinos, perfecta para maridar. El trabajo perfecto del personal completa esta experiencia única y original para descubrir lo mejor de la gastronomía de Galicia.

The Costa da Morte boasts gastronomic quality, as evidenced by its well-deserved recommendations in the Michelin Guide. Among them, right in front of the port in the town of Muxía, you will find this establishment, a true reference where you will encounter dishes prepared with top-quality products.

Here, they follow a maxim: the recovery of traditional dishes and techniques such as drying, smoking, marinating, and pickling, prepared daily to showcase and savor the best maritime culture through unique dishes.

Additionally, their menu offers a wide variety of fresh fish, seafood, and tasty grilled meats, all sourced locally, accompanied by an extensive and select wine list, perfect for pairing. The perfect work of the staff completes this unique and original experience to discover the best of Galician gastronomy.

O FERRO



PRODUCTO Y TRADICIÓN · PRODUCT AND TRADITION

Su idea es producto, tradición y mejora continua. Esa línea es la que le ha llevado a conseguir el sello de calidad Galicia Calidade. Herederos de una gastronomía tradicional basada sobre todo en pescados, mariscos, carnes y verduras de la más alta calidad, dan forma, sin mucha manipulación y con la delicadeza justa, a un aire de autor con el único afán de mejorar y modernizar sus platos para que enamoren y evoquen recuerdos a quien los deguste. El director de sus fogones es José Antonio Brenlla que, tras numerosos premios y reconocimientos, se ha convertido en una referencia en la capital gallega. El local se divide en dos zonas. La primera cuenta con la barra y mesas bajas, donde se puede degustar su carta de raciones y tapas en un ambiente más informal. La segunda es el comedor, un lugar acogedor donde disfrutar de su carta o su menú degustación de una forma más pausada y relajada.

Their concept is product, tradition, and continuous improvement. That is what has led them to achieve the quality seal Galicia Calidade. Heirs to traditional gastronomy based mainly on high-quality fish, seafood, meats, and vegetables, they shape, with minimal manipulation and just the right touch of delicacy, an author's touch with the sole aim of improving and modernizing their dishes to enchant and evoke memories for those who taste them. The head of their kitchen is José Antonio Brenlla, who, after numerous awards and recognitions, has become a reference in the Galician capital. The establishment is divided into two areas. The first one has a bar and low tables where you can enjoy their menu of portions and tapas in a more informal atmosphere. The second one is the dining room, a cozy place to savor their menu or tasting menu in a leisurely and relaxed manner.

Rúa de Sempre en Galiza 1, Santiago de Compostela · Tl. 981 592 399 · restaurantferro.com

CASANOVA



COCINA ATLÁNTICA CON MIMO · ATLANTIC CUISINE WITH CARE

Situado en el centro de la ciudad medieval de Betanzos, en la zona de vinos por excelencia, esta es una casa con carácter propio que se basa fundamentalmente en la honradez y la conquista del comensal a través de su trato. Dispone de una taberna para tapeo, dos comedores más formales y una soleada terraza climatizada. Aquí prima, ante todo, la calidad, el producto de proximidad y de temporada, conservando la tradición en la forma de elaborar los platos, a los que acompaña una bodega con alma y original. A especialidades como la tortilla de patatas, la carne asada con patatas, los chipirones en su tinta, además de pescados y mariscos frescos de lonja, se suma un plus, sus postres, elaborados artesanalmente en su propio obrador. Cuenta con el distintivo estatal de Calidad Turística SICTED y el certificado de Restaurante Marca de Calidade da Reserva de Biosfera.

Located in the center of the medieval city of Betanzos, in the wine area par excellence, this is a place with its own character, fundamentally based on honesty and winning over diners through its service. It has a tavern for tapas, two more formal dining rooms, and a sunny heated terrace. Here, quality is paramount, with a focus on local and seasonal products, preserving tradition in the preparation of dishes, accompanied by a soulful and original wine cellar. Specialties such as potato omelet, roasted meat with potatoes, squid in ink, as well as fresh fish and seafood from the fish market, are complemented by a plus: their desserts, handcrafted in their own workshop. It has the State Quality Tourism SICTED distinction and the Quality Brand Certificate of the Biosphere Reserve Restaurant.

Rúa Ferradores 21, Betanzos · Tl. 981 775 500 ·   

EL MIRADOR DEL MADRILEÑO



LEGADO VIVO • LIVING LEGACY

Este rincón es más que un restaurante; es el legado vivo de una familia entregada a la gastronomía que tiene sus raíces en el año 1935, y con el que Jesús Pedreira y su hija Ana, tercera y cuarta generación, continúan la herencia familiar reinventando el negocio en una nueva ubicación desde el 2013.

Su cocina celebra una tradición culinaria con productos de gran calidad y platos llenos de sabor y pasión, con la experiencia del buen hacer, donde destacan los pescados y mariscos, auténticas joyas traídas de las costas gallegas, con especialidades como la ensaladilla el madrileño, el rodaballo y la lubina salvaje a la sal o a la espalda, entre muchos otros.

Su comedor ofrece unas vistas espectaculares que tiene como telón de fondo la ría de La Coruña, mientras que la decoración sencilla y elegante, resalta tras casi 90 años de historia.

Recomendado por la guía Michelin, esta casa es una joya culinaria para los amantes del buen comer.

This corner is more than a restaurant. It is the living legacy of a family dedicated to gastronomy. With roots dating back to 1935, Jesús Pedreira and his daughter Ana, the third and fourth generations, continue the family heritage by reinventing the business in a new location since 2013.

Their cuisine celebrates a culinary tradition with high-quality products and dishes full of flavor and passion, showcasing the experience of good work, where fish and seafood, authentic treasures from the Galician coasts, with specialties such as “ensaladilla el madrileño”, turbot, and wild sea bass cooked in salt or on the back, among many others.

The dining room offers views as a backdrop to the Ría de A Coruña, while the simple and elegant decor stands out after almost 90 years of history. Recognized with the Michelin guide, this establishment is a culinary gem for those who love good food.

FILIGRANA



PEREGRINACIÓN POR LA VANGUARDIA · PILGRIMAGE THROUGH THE VANGUARD

A ropado por el encanto de la belleza de la naturaleza más pura de Santiago de Compostela, el hotel boutique ecológico y de lujo, A Quinta da Auga, único Relais & Châteaux de la capital, esconde un secreto: el restaurante Filigrana, capitaneado con buena mano por el chef Federico López, que muestra un recorrido por los mejores sabores de la alta cocina gallega a través de una propuesta honesta y de autor, apostando por los productos locales de kilómetro 0, de temporada y de calidad, respetando su sabor y combinando la tradición y la vanguardia en cada plato, para que el comensal descubra colores, olores, sabores y texturas propios de la despensa que brinda la tierra y el mar de Galicia. Con un ambiente idílico y decorado al mejor estilo solariego, este acogedor y elegante restaurante está pensado para los que quieren disfrutar de la buena gastronomía, la desconexión y el lujo.

N estled in the enchanting beauty of the purest nature of Santiago de Compostela, the ecological luxury boutique hotel, A Quinta da Auga, the only Relais & Châteaux in the capital, holds a secret: the Filigrana restaurant, skillfully led by chef Federico López. It takes you on a journey through the finest flavors of Galician haute cuisine with an honest and signature proposal, embracing local, seasonal, and quality ingredients. Respecting their flavors, it blends tradition and avant-garde in each dish, allowing diners to discover the colors, scents, tastes, and textures unique to the pantry provided by the land and sea of Galicia. With an idyllic atmosphere and decorated in the best manor style, this cozy and elegant restaurant is designed for those who want to enjoy good gastronomy, relaxation, and luxury.

Paseo da Amaia 23, Santiago de Compostela · Tl. 981 534 636 · aquintadaauga.com · ☎ ☎

EL SERRANO



PURA TRADICIÓN · PURE TRADITION

En el céntrico barrio de La Pescadería, presidido por la majestuosa plaza de María Pita, nos encontramos un local de referencia de la gastronómica calle Galera, El Serrano, abierto desde hace más de treinta años, y que destaca por ser un mesón acogedor y hogareño, haciendo sentir a los comensales como en su propia casa. Ofrece raciones y tapas de la tierra al más puro estilo gallego, perfecta para acompañar una cerveza o un vino, con el único fin de desconectar y disfrutar del buen comer y de la buena compañía para alejarnos del estrés diario. Su carta se completa con clásicos de la gastronomía gallega, con una cocina honesta que mima el producto: ternera cachena, parrochitas, salpicón de kokotxas y langostinos o calamares, entre otros. Es un buen lugar para sentarse en la mesa y disfrutar de la sencillez y el buen hacer de la cocina tradicional.

In the central neighborhood of La Pescadería, presided over by the majestic María Pita Square, we find a landmark establishment on the gastronomic Galera Street: El Serrano. Open for over thirty years, it stands out as a cozy and homely tavern, making diners feel at home. Local dishes and tapas in the pure Galician style are perfect to accompany a beer or wine, with the sole purpose of unwinding and enjoying good food and company, stepping away from daily stress. Their menu offers classics of Galician gastronomy, featuring an honest cuisine that cherishes the ingredients: cachena beef, parrochitas (sardine), salpicón (hodgepodge) of kokotxas and prawns, squid, and more. It is a good place to sit at the table and relish the simplicity and skill of traditional cooking.

PEDRA FURADA



PRODUCTO, SERVICIO Y SABOR · PRODUCT, SERVICE, AND FLAVOR

Pedra Furada es el proyecto más vinculado al mar del grupo MF Gastronomía, donde el producto y la temporalidad es el hilo conductor de una experiencia gastronómica que nace desde su cocina, pasando por la sala, hasta convertirse en un éxtasis de sabor en la mesa con cada plato que elabora el chef Víctor Fernández. La cigala, los pescados de lonja, los arroces y hasta sus croquetas forman parte de una carta que se adapta a cada temporada y busca la excelencia, desde los fogones hasta el paladar de cada uno de los comensales. Aquí el amor por el vino es una de las patas del proyecto, con una selecta cava de más de 70 referencias de una casa que mira al mar, con unas increíbles vistas a la bahía de A Coruña. Disponen de dos menús degustación: el menú Pedra, compuesto por cinco pases y un postre, y el menú Orixe, con siete pases y dos postres.

Pedra Fuarada is the most sea-related project of MF Gastronomía, where the product and seasonality are the guiding principles of a gastronomic experience that originates in its kitchen, extends through the dining area, and culminates in a flavor delight on the table with every dish crafted by chef Víctor Fernández. Prawns, fresh fish from the market, rice dishes, and even their croquettes are part of a menu that adapts to each season and seeks excellence from the kitchen to each diner's palate. The love for wine is a crucial element of the project, with a carefully curated wine list of over 70 references in a house that faces the sea, providing incredible views of the A Coruña Bay. They offer two tasting menus: the Pedra Menu, consisting of five courses and a dessert, and the Orixe Menu, with seven courses and two desserts.

SICILIA IN BOCCA



EL AUTÉNTICO SABOR DE ITALIA · THE AUTHENTIC TASTE OF ITALY

La cocina tradicional italiana se fusiona con la hospitalidad gallega en este local de estilo mediterráneo y con un encanto único, que constituye un refugio privilegiado en la ciudad. El compromiso con la calidad se refleja en su selección de ingredientes 100% italianos, desde la masa de pizza elaborada con la mejor harina hasta los tomates de Campania, con los que se preparan las salsas. Su horno de leña aporta la cocción perfecta y ahumada para la creación de pizzas al más puro estilo napolitano: finas y con bordes esponjosos, cocinadas a la perfección. Así lo demuestran sus reconocimientos: “Restaurante Excelente” de la guía 50 TOP Pizza, mejor pizza de Galicia y segunda de España. La carta ofrece, además, pasta fresca, auténticos postres italianos, un menú sin gluten y una selección de vinos que abarcan desde lambrusco hasta las magníficas bodegas sicilianas o referencias locales. También podemos encontrar este local en Santiago de Compostela, en la Avenida Rosalía de Castro, 72.

Traditional Italian cuisine merges with Galician hospitality in this Mediterranean-style establishment, exuding a unique charm that serves as a privileged. The commitment to quality is evident in its 100% Italian ingredients selection, from the pizza dough made with the finest flour to the Campania tomatoes used in preparing sauces. Their wood-fired oven contributes to the perfect and smoky cooking, creating pizzas in the pure Neapolitan style: thin with fluffy edges and perfectly cooked. Their accolades evidence that: “Excellent Restaurant” from the 50 Top Pizza guide, the best pizza in Galicia, and second in Spain. The menu also offers fresh pasta, authentic Italian desserts, a gluten-free menu, and a curated selection of wines ranging from Lambrusco to magnificent Sicilian wineries and local references. You can also find this establishment in Santiago de Compostela, at Avenida Rosalía de Castro, 72, Santiago de Compostela.

Rúa Juana de Vega 17, A Coruña · Tl. 981 111 117 · siciliainbocca.es · ☎

El arte de las tapas

The art of tapas

UN RITUAL, UN COMPORTAMIENTO CON EL FIN DE
APROVECHAR Y MEJORAR LA EXPERIENCIA GASTRONÓMICA

A RITUAL, A BEHAVIOR AIMED AT MAXIMIZING
AND ENHANCING THE GASTRONOMIC EXPERIENCE

¿Qué sería de la vida sin las tapas? Sin esta costumbre social, sin este hábito indisoluble de nuestra idiosincrasia cultural. Venga, reconozcámoslo, no hay nada mejor que pasar la vida bien acompañado, comido y bebido.

Nada nos gusta más que compartir, reír, razonar y charlar junto a una barra con una buena cerveza, un vermú, una copita de vino o, por qué no, un cóctel no muy cargado. Eso sí, siempre acompañado de su correspondiente tapa, pintxo o ración, escogiendo la especialidad de cada local, para acabar cenando o almorzando.

Ese es el espíritu que nos representa: una ceremonia gastronómica, un rito social con el que, a golpe de codo, se ha fraguado parte de la historia del país y también, la de cada uno de nosotros.

Si de verdad pretendes que alguien conozca la esencia y el alma de un lugar, guíale de barra en barra entre barrios. Vete abriendo el apetito, porque presentamos una propuesta en la que sabrás por dónde empezar el indiscutible rito, pero no dónde acabarlo. Porque siempre habrá otra tapa que probar, otra copa, otra canción, otro amigo que se une, otro sitio por descubrir.

¿What would life be without tapas? Without this social custom, this indissoluble habit of our cultural idiosyncrasy. Let's admit it! Nothing is better than spending your life in good company, eating and drinking.

Nothing pleases us more than sharing, laughing, reasoning, and chatting by a bar with a good beer, a vermouth, a glass of wine, or, why not, a cocktail. Of course, it is always accompanied by the corresponding tapa or pintxo, choosing the specialty of each place to end up having dinner or lunch.

That is the spirit that represents us: a gastronomic ceremony, a social ritual with which part of the country's history has been forged, and also each one of us.

If you truly want someone to know the essence and soul of a place, guide them from bar to bar. Start opening your appetite because we present a proposal in which you will know where to begin the undeniable ritual but not where to end it. There will always be another tapa to try, another drink, another song, another friend joining, and another place to discover.







LUME

SLOW FOOD A LUME DE CAROZO SLOW FOOD WITH A TWIST

Se trata de la visión más informal y callejera de la chef Estrella Michelin, Lucía Freitas, en pleno pulmón gastronómico de Santiago. Es un espacio moderno, con una barra y cocina a la vista, donde se ameniza la espera de los platos con música gallega de vanguardia, mientras se ve trabajar al equipo de cocina con la materia prima. Se puede beber una cerveza y pedir una hamburguesa. Sí, ¡una hamburguesa!, pero no una cualquiera: la Japan Burguer, mezcla de influencia nipona y gallega, una de las tres mejores elaboraciones del Campeonato de Hamburguesas en España. La carta propone una cocina vinculada a Galicia, a su costa y huerto, con platos, tapas o raciones desenfadados, llenos de creatividad y colores, sin etiquetas, donde experimentar y dinamizar la gastronomía local y foránea, sobre todo, la asiática. El maridaje es de calidad y cambiante, de pequeños productores cuyo objetivo es que sigan la hoja de ruta de la comida.

Here is the more casual and streetwise vision of Michelin-starred chef Lucía Freitas in the heart of Santiago's gastronomic scene. It is a modern space with a visible bar and kitchen, where the wait for dishes is livened up with avant-garde Galician music while you watch the kitchen team work with raw ingredients. You can have a beer and order a hamburger. Yes, a hamburger! But not just any hamburger: the Japan Burger, a blend of Japanese and Galician influences, ranked among the top three creations in the Burger Championship in Spain. The menu offers cuisine linked to Galicia, its coast, and garden, with casual dishes or tapas full of creativity and colors without labels, encouraging experimentation and dynamizing local and foreign gastronomy, especially Asian. The pairing is high quality and ever-changing, featuring small producers whose goal is to follow the food's roadmap.

Rúa das Ameas, 2, Santiago de Compostela · Tl. 981 564 773 · luciafreitas.es ·  



PANDELINO

ALL IN ONE

Desayunar es para muchos un placer y hacerlo fuera de casa es un auténtico deleite. Si tienes la suerte de sentarte en este emblemático y acogedor local, la experiencia se completa. Sus productos son frescos, saludables y artesanos. La selección de panes especiales de masa madre hace que la carta de tostadas sea espectacular, así como su bollería francesa o sus afamados bowls saludables de açai o yogurt con todo tipo de frutas de temporada, sin olvidarse de su aromático café y exclusivos téis. Con su decoración cuidada al detalle, bien iluminado, armónico y de aires románticos, crea un ambiente slow que invita a una buena charla entre amigos y al relax. Además de panadería y cafetería es también una tienda gourmet con productos cuidadosamente seleccionados, donde podrás encontrar un sinfín de delicatessen y preciosos artículos de decoración y menaje. Si quieres tomarte el día con mucha calma puedes probar su brunch o cenar saludablemente. También puedes elegir algún producto de su extensa carta para llevar o comprar a través de su web.

For many, having breakfast is a pleasure, and doing it outside of home is a true delight. If you are lucky enough to sit in this iconic and cozy place, the experience is complete.

Their products are fresh, healthy, and artisanal. The selection of special sourdough bread makes the toast menu spectacular, as well as their artisanal French pastries and famous healthy bowls of açai or yogurt with all kinds of seasonal fruits, not forgetting their aromatic coffee and exclusive teas. Carefully detailed and decorated, brightly lit, harmonious, and with romantic vibes, it creates a slow atmosphere that invites you to have a good conversation with friends and relax. In addition to being a bakery and café, it is also a gourmet store with carefully selected products where you can find delicacies, beautiful decorations, and kitchenware items. If you want to take the day easy, try their brunch or have a healthy dinner. You can also choose some products from their extensive menu for takeaway or purchase through their website.



RÍO SIL

Una casa con más de 40 años de historia que sorprende por la elección de su materia prima, donde destacan las Summum carnes rojas de Galicia, siempre con la acertada filosofía de respetar al máximo el producto utilizando técnicas de cocina sencillas, al igual que con sus pescados y mariscos de A Costa da Morte, buscando los sabores auténticos en cada uno de sus platos. El perfecto maridaje lo encuentras en su bodega acristalada que guarda unas 180 referencias de los vinos más representativos del país.

It is a house with over 40 years of history that surprises with its choice of raw materials, highlighting the Summum red meats from Galicia. They adhere to the philosophy of respecting the product to the fullest, using simple cooking techniques, whether with their meats or the fish and seafood from A Costa da Morte, aiming to bring out the authentic flavors in each of their dishes. You can find the perfect pairing in their glass-enclosed cellar, which holds about 180 references of the most representative wines in the country.

Rúa Río Sil 43, Carballo
Tl. 981 700 478 · riosil.gal · 🍷 🍴



MILLO

Millo habla de la tierra y el mar, de la necesidad de vivir sin prisas, disfrutando cada momento y haciéndolo único. Es un restaurante, sencillo, coqueto y moderno que tiene alma y esencia propia, marcado por el reconocimiento de su chef Moncho Méndez, como el mejor de Galicia en 2022, que irradia carisma por los cuatro costados. La carta de este espacio gastronómico, basada en la tradición y el producto de cercanía, varía cada día, incluso cada servicio, cambiando en función del mercado y de la política de desperdicio cero, donde la elocuencia y la anarquía del chef se ve totalmente reflejada.

Millo is about the land and sea, emphasizing the importance of living without haste, relishing each moment, and making it uniquely special. It is a simple, charming, and modern restaurant with its own soul and distinctive essence. Marked by the accolade of its chef, Moncho Méndez, as the best in Galicia in 2022, the restaurant radiates charisma from every angle. The menu of this gastronomic place, rooted in tradition and local produce, changes daily, even with each service, adapting to the market and a zero-waste policy. The chef's eloquence and anarchic spirit are fully reflected in the culinary experience.

R. Cordelería 7, A Coruña
y Avda. do Porto 3, A Coruña
Tl. 881 883 430 · milloorzan.es · 🍷 🍴



PRACER ZALAETA

Canalla, desenfadado y atrevido. Carácter, personalidad, pasión y vocación son algunos de los valores del proyecto liderado por Moncho Bargo y Javier Freijeiro, que hacen de Pracer un verdadero templo gastronómico, donde puedes degustar elaboraciones que te transportarán a cualquier parte del mundo. Pracer también es diversión, con continua interacción con el comensal a través de su original barra en forma de U y música en directo los fines de semana. Prueba su croqueta de centollo al estilo *chili crab* y sus platos sin ataduras con toques ahumados.

Rogue, carefree, and daring. Character, personality, passion, and vocation are some of the values of the project led by Moncho Bargo and Javier Freijeiro, which make Pracer a true gastronomic temple where you can taste creations that will transport you anywhere in the world. Pracer is also about fun, with continuous interaction with the diner through its original U-shaped bar and live music on weekends. Try their spider crab croquette in chili crab style and their dishes with smoky touches.

C. Salgado Somoza 13, A Coruña
Tl. 981 009 750

restaurantpracerzalaeta.com · 🍷 🍴 🍷



BELLACO

En el centro de Santiago, el restaurante propone una cocina de temporada y mercado de proveedores locales, donde predominan recetas de corte clásico basadas en técnica, mimo y respeto al producto. Claros ejemplos son platos icónicos como el lenguado a la meunière, boletus con yema de huevo y papada, rilette de liebre, erizos frescos con salsa holandesa y trufa o los puerros glaseados con vinagreta de almendras. En su bodega puedes encontrar una selección de pequeños productores tanto locales como internacionales, todos ellos artesanos.

Located in the center of Santiago, the restaurant offers seasonal and market cuisine sourced from local suppliers, featuring mainly classic recipes based on technique, care, and respect for the product. Clear examples include iconic dishes such as sole meunière, boletus with egg yolk and jowl, hare rilette, fresh sea urchins with hollandaise sauce and truffle, or glazed leeks with almond vinaigrette. In their wine cellar, you can find a selection of small producers, both local and international, all of them artisans.

Rúa de Concepción Arenal, 8,
Santiago de Compostela

Tl. 881 943 898 · 🍷 🍴 🍷



PARADADAVELLA

Fernando Fernández, con 40 años de trayectoria en hostelería, muestra su excelencia y buen hacer culinario en un local que encandila por su ambiente hogareño y su servicio. Su éxito radica en un secreto atemporal: tradición con toques sutiles de vanguardia, acompañados de productos de gran calidad elaborados en su justa medida para que no pierdan su esencia. Ofrece pinchos y tapas selectos y platos excelentemente cocinados, donde los sabores resaltan en cada bocado. El lugar es perfecto para comer, cenar o disfrutar de sus vinos.

Fernando Fernández López, with 40 years of experience in the hospitality industry, showcases his excellence and culinary expertise in a place that captivates with its homely atmosphere and service. His success lies in a timeless secret: tradition with subtle touches of avant-garde, accompanied by high-quality ingredients prepared in just the right measure to keep their essence. He offers select food and excellently cooked dishes where the flavors stand out in every bite. The place is perfect for lunch, dinner, or enjoying wines.

*Avda. Ernesto Che Guevara 11, Oleiros
Tl. 981 637 061 · paradavella.es*



VERMUTERÍA MARTÍNEZ

Un templo del vermut en el centro de la ciudad convertido en un referente por su encanto único. Fran y Luisa comandan un local que combina a la perfección el recetario propio de este tipo de establecimientos, con sus clásicos torreznos, ensaladilla o gildas, con la gastronomía gallega y de mercado, con pescados y mariscos del día y las mejores carnes gallegas, para dar lugar a especialidades como el bogavante con huevos y patatas fritas o el marraxo. Unas 118 referencias de vermouths y sus vinos de Jerez completan su bodega.

It is a vermouth temple in the center of the city that has become a reference for its unique charm. Fran and Luisa lead an establishment that perfectly combines the recipe book typical of these places with their classic torreznos, Olivier salad, or pickles, and the Galician and market cuisine, with daily fresh fish and seafood, and the best Galician meats, with dishes such as lobster with eggs and French fries or marraxo (pork belly). A total of 118 vermouth references and their sherry wines complete the cellar.

*Rúa Galera 35, A Coruña
Tl. 981 914 448 · ☎*



A VACA

Se trata de un rincón gastronómico de encanto atemporal convertido en una referencia de la ciudad. Presenta una cocina de aromas tradicionales gallegos hecha desde el corazón, con productos de mercado y de primera calidad, con su correspondiente respeto al mismo. Los acompaña su bien escogida carta de vinos que reflejan la esencia de un establecimiento con alma. La calidad de la materia prima se entrelaza con el servicio del personal, profesional a la par que familiar, para crear la mejor atmósfera relajada y disfrutar como nunca de las viandas.

It is a gastronomic corner of timeless charm, transformed into a city landmark. It features a cuisine with traditional Galician aromas, crafted from the heart using market-fresh and top-quality ingredients, with due respect to the same. These ingredients accompany a thoughtfully curated wine list that reflects the essence of an establishment with soul. The quality of the raw materials intertwines with the staff service, professional and welcoming, creating the perfect relaxed atmosphere for enjoying the dishes like never before.

Rúa Pardo Baixo 24, Ferrol
 Tl. 981 358 892 · Ocafedavaca.com · 



MAR E TERRA

En el encantador pueblo marinero de Ézaro y con una terraza con vistas al Atlántico se muestra una auténtica oda a la gastronomía del territorio con una relación calidad-precio insuperable. Ofrece platos del recetario popular con diferentes entrantes, pescados frescos, carnes, postres caseros o su menú degustación (bajo reserva). Cuentan también con una magnífica bodega que pone el broche de oro a una propuesta culinaria que es fiel reflejo de la cocina tradicional gallega, pero sin dejar de lado un toque personal y de vanguardia para crear sabores y aromas que estimulan el paladar, el olfato y se graban en la memoria.

In the charming fishing village of Ézaro, with a terrace overlooking the Atlantic, they present an authentic ode to local gastronomy with an unbeatable quality-price ratio. They offer dishes from the popular recipe book with various starters, fresh fish, meats, homemade desserts, or their tasting menu (by reservation). They also have a magnificent wine cellar, which adds the finishing touch to a perfect culinary proposal that reflects the traditional Galician cuisine. However, it does not forget a personal and avant-garde touch to create flavors and aromas that stimulate the palate and smell and leave a lasting impression in memory.

Carretera General S/N- Ézaro
 Tl. 981 712 637 · restaurantemareterra.com





MAMÁ PEIXE

Cocinando con gusto desde 2015, esta taberna mariñeira de ambiente familiar, situada en el centro de Santiago, ha sido nombrada Bib Gourmand (reconocimiento de la guía Michelin a la mejor relación calidad-precio). Su apuesta es clara: una base de cocina atlántica y tradicional pero actualizada, de huerta gallega, dando protagonismo a los pescados frescos, para generar platos sabrosos y perfectamente condimentados, en una carta que cambia según la temporalidad de los productos. Capitaneada por Guillermo Pérez en los fogones y Ana Vidal en la sala, esta casa antigua de decoración marinera se ha convertido en un referente.

Cooking with taste since 2015, this family maritime tavern located in the center of Santiago has been awarded the Bib Gourmand (Michelin Guide recognition for the best value for money). Their commitment is clear: a base of Atlantic and traditional cuisine yet updated, using Galician produce, giving prominence to fresh fish to create flavorful and perfectly seasoned dishes. The menu changes according to the seasonality of the products. Led by Guillermo Pérez in the kitchen and Ana Vidal in the dining area, this old house with nautical decor has become a benchmark.

*C. Algalía de arriba 45, Santiago de Compostela
Tl. 657 668 842 · 🍷 🍴*



SAMANÁ

El local, donde la elegancia se funde con lo exótico, presenta dos zonas diferenciadas, pero al unísono del buen ambiente y servicio. Su cafetería presenta una zona más informal para disfrutar de un buen café, cañas o vinos acompañados de una carta para compartir. La otra zona es un elegante restaurante en el que se viene únicamente a degustar, sin prisas, de una carta donde destaca la parrilla y basada en una cocina fusión, con productos frescos, de cercanía y de calidad, que garantiza que cada uno de los platos sea un homenaje a la buena cocina.

The establishment, where elegance merges with the exotic, features two distinct areas that harmonize with a good atmosphere and service. Its cafeteria offers a more informal space to enjoy good coffee, beers, or wines, which accompany a menu for sharing. The other area is a restaurant where one comes solely to savor, without haste, a menu highlighting the grill and based on fusion cuisine with fresh, local, and quality products led by its chef, who ensures that each dish is a tribute to good cuisine.

*Rúa Rosalía de Castro 9, A Coruña
Tl. 981 707 172 · samanacoruna.com*





NANA PANCHA

Nana Pacha representa la auténtica cocina mexicana en el centro de Coruña. Platos exquisitos aunados a un espacio alegre, ambiente divertido y una coctelería muy chingona es lo que encontramos al traspasar las puertas del local. Sin duda, los mejores tacos caseros de la ciudad. Vivan los sabores de la tierra. ¡Viva México!.

Nana Pacha embodies authentic Mexican cuisine in the center of Coruña. Exquisite dishes paired with a lively atmosphere, a fun environment, and a very cool cocktail bar await you beyond the doors of this establishment. Undoubtedly, they are the best homemade tacos in the city. Long live the flavors of the land. Viva Mexico!

Rúa alameda 44, A Coruña · Tl. 981 978 795 · 🍷🍸🍹



A ESPIGA

Koke Trigo y su mujer Cristina de Lima presentan un restaurante íntimo, familiar y acogedor, de cocina a la vista y en comunicación con el comensal, para ofrecer platos donde la estacionalidad y el producto de proximidad mandan. Una carta corta pero sugerente, donde tradición e innovación se dan la mano.

Koke Trigo and his wife Cristina de Lima present an intimate, family-friendly, and welcoming restaurant with an open kitchen in communication with the diner to offer dishes where seasonality and local products take center stage. They feature a short but suggestive menu where tradition and innovation go hand in hand.

C. Santiago 4, A Coruña · Tl. 655 412 943 · 🍷



SAN MARTÍN

Cuatro décadas de historia donde la cocina tradicional y los productos de calidad son los protagonistas. Una propuesta gastronómica centrada en arroces, pescados, mariscos y carne autóctona de la cabaña gallega. Las vistas a la ría y la atención del personal ponen el broche de oro.

It is a place with four decades of history, where traditional cuisine and quality products take center stage. It offers a gastronomic proposal focused on rice dishes, fish, seafood, and local meat from Galician livestock. The views of the estuary and the attentive staff add the finishing touch.

Estrada Buño Laxe 34, As Grelas
Tl. 627 880 426 · 🍷🍴



MAR DE ARDORA

Con vistas a la Ría de Corme y Laxe, el restaurante brinda una experiencia gastronómica única. Cocina tradicional gallega con aires de autor y una cuidada selección de productos locales y de temporada, en un ambiente tranquilo y con una amplia selección de vinos para completar una vivencia excepcional.

Overlooking the Ría de Corme and Laxe (estuary), the restaurant offers a unique gastronomic experience. It proposes a traditional Galician cuisine with a touch of innovation and a careful selection of local and seasonal products in a serene atmosphere, accompanied by an extensive wine list to enhance an exceptional dining experience.

*Estrada Buño Laxe, As Revoltas, A Coruña
Tl. 981 754 311 · 🍷 🚶*



ZICATELA

Restaurante de cocina mexicana contemporánea elaborada con ingredientes gallegos de primera calidad, que presenta una carta basada en sabores, recetas y tradiciones del país azteca. Su carta de bebidas incluye cócteles y recetas tradicionales basadas en destilados del agave, así como una amplia selección de referencias de tequila y mezcal.

It is a restaurant specializing in contemporary Mexican cuisine crafted with top-quality Galician ingredients, featuring a menu based on flavors, recipes, and traditions from the Aztec country. Their drinks menu includes cocktails, traditional recipes based on agave spirits, and an extensive selection of tequila and mezcal references.

*Rúa Emilia Pardo Bazán 10, A Coruña
Tl. 881 926 823 · 🍷 🚶*



DETOMÁS

Su propuesta gastronómica toma el producto de mercado como summum. Raciones con sabores que evocan la cocina tradicional, como el pulpo sobre puré de patatas, zamburiñas, o la croca de ternera, sumando una bodega con más de 55 referencias donde destacan los mejores vinos de D.O. de Galicia.

Its gastronomic proposal elevates market products to the highest level. Portions with flavors that evoke traditional cuisine, such as octopus over mashed potatoes, scallops, or veal croca, complemented by a wine cellar with over 55 selections featuring the finest wines from Galicia's Designation of Origin (D.O.).

C. Estrella 7, Coruña · Tl. 881 067 302 · 🍷



NÓMADE

Aquí, vino y cocina hacen protagonistas al productor y producto local y de temporada. Un bar actual que rescata el ambiente de las tabernas de antaño en la zona, tanto que recupera su típica tapa de caramuxos. Presenta un menú moderno pero reconocible en su esencia tradicional, y una carta de vinos poco convencionales que cambian con cada estación.

Here, wine and cuisine highlight the local producers and seasonal products. It is a contemporary venue that revives the atmosphere of traditional taverns in the area to the extent that it brings back its typical snail dish. It offers a menu recognizable in its traditional yet avant-garde essence and an unconventional wine list that changes each season.

Rúa do Franco 48, Santiago de Compostela · 🍷 ☒



MALTE ATOCHAS

Se trata de un restaurante con una estética muy cuidada y una cocina itinerante de distintas partes del mundo con una base fija: el producto local y de calidad. Es un espacio único para el mundo de los fermentados que presenta más de cuarenta y tres grifos de cervezas, además de vinos naturales, sidras, kombuchas y hasta hidromieles.

It consists of a restaurant with a meticulously curated aesthetic and an itinerant cuisine from different parts of the world with a fixed foundation: local and high-quality products. It is a unique space for the world of ferments featuring forty beer taps, natural wines, ciders, kombuchas, and even meads.

Plaza de las Atochas 8, A Coruña · Tl. 981 205 751 · 🍷



O SENDEIRO

Un viaje por la cocina gallega y de temporada con un toque personal que dan lugar a platos llenos de sabor acompañados por los mejores vinos. Situado en una casa de piedra, antigua curtiduría del siglo XIX, presenta un encanto especial con su terraza interior y salones privados para las ocasiones más especiales.

A travel through the Galician and seasonal cuisine, with a personal touch that results in flavorful dishes paired with the finest wines. Located in a stone house, a former 19th-century tannery, it exudes a special charm with its interior terrace and various lounges for the most special occasions.

Rúa do Olvido 22, Santiago de Compostela · 🍷



CASA PONTE

Arraigada en la esencia de A Coruña desde los años 50, este lugar es más que una taberna. Fundada por el legendario central del Dépor, Enrique Ponte, esta casa gastronómica preserva la autenticidad sin reformas desde su origen. Con vinos bien seleccionados, es un museo viviente, donde el trato personal destaca para ofrecer una cocina tradicional con toques modernos sin perder su identidad.

Rooted in the essence of A Coruña since the 50s, this place is more than a tavern. Founded by the legendary soccer player of Deportivo, Enrique Ponte, this gastronomic establishment has preserved authenticity without renovations since its inception. With well-selected wines, it is a living museum where personal attention stands out to offer traditional cuisine with modern touches without losing its identity.

Rúa Juan Flórez 95, A Coruña
 Tl. 981 249 998 · 🍷 🍷



LACHULA

Un rincón que fusiona un ambiente acogedor con una escogida selección de más de 200 referencias de vinos y champanes, la maestría de las cañas bien tiradas y delicias gastronómicas para irradiar autenticidad. Una cocina sencilla pero de calidad en un “bar como los de antes”, donde disfrutar de embutido selecto y delicias gourmet en el centro de la ciudad.

It is a corner that combines a cozy atmosphere with a curated selection of over 200 wine and champagne references, the mastery of draft beers, and gastronomic delights to radiate authenticity. It offers a simple yet quality kitchen in a bar like the old ones, where you can enjoy select cured meats and gourmet delights.

Rúa Emilia Pardo Bazán 42, A Coruña · 🍷 🍷



BOCATÍN

Un clásico de la ciudad que mantiene su esencia con los mejores ibéricos de bellota, su selección de productos gourmets como conservas, quesos nacionales e internacionales, empanadas “de autor” recién horneadas y los mejores vinos. Abierto desde los desayunos hasta las cenas.

It is a classic in the city that maintains its essence with the best acorn-fed Iberian products, a selection of gourmet items such as preserves, national and international cheeses, freshly baked empanadas (pie), and the finest wines. Open from breakfast to dinner.

Alfredo Vicenti 12, A Coruña
 Tl. 881 088 800



SINXELO

Adrián Pérez hace una apuesta por el producto de calidad, con una elaboración sencilla pero cuidada, donde la explosión de sabor en cada bocado está garantizada. La carta es dinámica, según mercado, con clásicos como el brioche de cruceta ibérica, el arroz con langostinos o la torrija de brioche, que coronan una experiencia culinaria única.

Adrián Pérez is committed to quality products, with simple yet careful preparation, where the flavor explosion in every bite is guaranteed. The dynamic menu is based on market availability and features classics like the Iberian pork brioche, rice with prawns, or brioche torrija, which crown a unique culinary experience.

Rúa Españaeto 50, Ferrol · Tl. 648 198 667 · 🍷 ☎️



TABERNA DO BICO

Taberna/vinoteca de ambiente tradicional que presenta una carta de producto local y de calidad, que cambia constantemente en función de la temporada, especializándose en mariscos y pescados de la ría, así como carnes maduradas en su punto óptimo. Su selecta bodega, con vinos naturales y de pequeña producción, invita a degustar y probar.

It is a traditional tavern/wine bar that offers a menu of local and high-quality products, constantly changing depending on the season, specializing in seafood and fish from the estuary and perfectly aged meats. Its select wine cellar, featuring natural and small-production wines, invites you to taste and explore.

Rúa Alcalde Nogueira Patiño 22, Camariñas
Tl. 981 737 247



CODIUM

En la playa de Quenxe y con vistas a la ría de Corcubión se presenta un local con una cocina vanguardista, atrevida, de calidad y de temporada, regada con un toque canalla. Es un local luminoso, decorado con buen gusto, ambientado por una música suave que completa la atmósfera perfecta para disfrutar de una experiencia culinaria única.

At Quenxe Beach, with views of the Ría de Corcubión, there is a restaurant with avant-garde, daring, quality, and seasonal cuisine, complemented by a cheeky touch. It is a bright venue, tastefully decorated, and accompanied by soft music that completes the perfect atmosphere for a unique culinary experience.

Rúa N 43, Corcubión · Tl. 634 454 356 · 🍷 ☎️ 🌿

El afterwork

LA VERSIÓN CHIC DE LAS CAÑAS DESPUÉS DEL TRABAJO

THE CHIC VERSION OF DRINKS AFTER WORK

Tomarse una copa después del trabajo debería estar estipulado dentro del convenio laboral. Irse de cañas al acabar la jornada profesional es algo que llevamos haciendo toda la vida, pero de un tiempo a esta parte mucha gente se ha pasado a la moda del afterwork.

El objetivo es el mismo: liberar tensiones acumuladas, evadirse de la rutina y reírte un rato con los compañeros de trabajo o con nuestros amigos. Es un privilegio que cada día es más nuestro. Pero para gozar plenamente de este arte es vital acertar a la hora de escoger el lugar. La provincia rebosa de diferentes tipos de bares que acogen a locales y foráneos a cualquier hora del día y de la noche. Hay lugares de encuentro, que muchos los hacemos nuestros, para tomar una copa, bailar, picar algo o hablar. Los hay únicos, retros, cosmopolitas, de moda, míticos y a veces escondidos. Algunos proponen increíbles marcos, mientras que otros se especializan en cócteles o proponen un ambiente más intimista. Te ofrecemos un pequeño panorama de aquellos que son ineludibles tanto por la calidad de su oferta espirituosa como por su ambiente o por su estética y vocación urbanita. Piensa en un día de la semana, reúne a un grupo de amigos o compañeros de trabajo para charlar, coquetear, conversar, beber, bailar o incluso llorar si fuera necesario, en un ambiente distendido.

Having a drink after work should be stipulated in the employment contract. Going for a beer after the workday is something we have been doing for a lifetime, but lately, many people have embraced the after-work trend.

The goal is the same: release accumulated tensions, escape from the routine, and laugh with colleagues or friends. It is a privilege that becomes more and more ours every day. But to fully enjoy this art, it is crucial to choose the right place. The province is full of different types of bars that welcome locals and outsiders at any time of day and night. Meeting places that many of us make our own to have a drink, dance, snack, or talk. They come in unique, retro, cosmopolitan, trendy, mythical, and sometimes hidden styles. Some offer incredible settings, while others specialize in cocktails or provide a more intimate atmosphere. Here is a small overview of those essential for the quality of their spirits, atmosphere, and urban vibe. Pick a day of the week and gather a group of friends or colleagues to chat, flirt, converse, drink, dance, or even cry, if necessary, in a relaxed atmosphere.







REDRUM

UNA APUESTA POR EL AFTERWORK
A COMMITMENT TO AFTER WORK

RedRum ofrece todo lo que un buen bar quiere ofrecer: buen ambiente, buenas copas, coctelería de autor y un local moderno y atractivo. Pablo Gago es la cara visible de esta coctelería que pasa, a medida que avanzan las horas del día, de local tranquilo con terraza abarrotada a barra nocturna donde compartir un trago elegante y sincero. La carta de cócteles preside la oferta y agita el recetario original para convencer a los paladares más exigentes de la ciudad, sin descuidar la relación calidad-precio ni una clara apuesta por los productos locales y de temporada. También disponen de opciones para picoteo y una selección escueta, pero de calidad, además de cervezas y vinos, tanto nacionales como internacionales. Aquí cada elaboración de los cócteles es preparada de forma casera y natural antes de abrir las puertas a un público que transita entre lo más chic de la ciudad y los paladares más experimentados y exigentes.

RedRum offers everything a good bar should: a great atmosphere, quality drinks, signature cocktails, and a modern and appealing venue. Pablo Gago is the face of this cocktail bar, which transforms from a laid-back place with a crowded terrace as the day progresses into a nighttime bar where you can enjoy an elegant and sincere drink. The cocktail menu takes center stage, shaking up the original recipes to impress even the most discerning palates in the city without neglecting the value-for-money aspect and a clear commitment to local and seasonal products. They also offer snacks and a concise yet high-quality selection of national and international beers and wines. Every cocktail preparation is natural and homemade crafted before opening its doors to a diverse audience, ranging from the chic crowd in the city to the most experienced and demanding palates.

Rúa Orzán 135, A Coruña · Tl. 604 094 845 · ☎️ 📍



CLOVER CLUB

Clover ofrece cócteles de autor que se alejan del concepto clásico de coctelería. Emulando el salón de una casa crean el ambiente más acogedor para cualquier día de la semana con creaciones únicas y originales, pensadas únicamente para los que les gusta disfrutar de nuevos sabores con las bebidas premium. Abierto todos los días.

Clover offer signature cocktails that differ from the classic cocktail bar concept. This place emulates the ambiance of a home, creating the coziest atmosphere for any day of the week, with unique and original creations tailored exclusively for those who enjoy exploring new flavors with premium drinks. Open every day.

Rúa da Fama 1, A Coruña · Tl. 981 225 525



ASTORIA CLUB

En la concurrida calle Olmos, esta coqueta coctelería de estilo vintage con terraza cuida cada detalle con mimo. Tanto es así que se ha convertido en local de referencia para los que gustan de un buen cóctel con fruta fresca, las mejores bebidas premium, champanes, tequilas y mezcales. Abierto todos los días desde primera hora de la tarde.

In the bustling Olmos Street, this charming vintage-style cocktail bar with a terrace takes care of every detail with love. It is so much so that it has become a go-to place for those who enjoy a good cocktail with fresh fruit, the finest premium drinks, champagnes, tequilas, and mezcal. Open every day from early afternoon.

C. Olmos 3, A Coruña · 📍



MALTE GALERA

Templo de la cerveza premiado como el mejor establecimiento de España en la categoría “Restaurant” de los RateBeer Awards, que combina una propuesta gastronómica desenfadada con una cervecera con más de 300 referencias en un espacio vibrante donde tomar la primera copa.

It is a beer temple, awarded as the best establishment in Spain in the “Restaurant” category of the RateBeer Awards. It combines a casual gastronomic proposal with a brewery featuring over 300 varieties in a vibrant space where you can also enjoy your first drink.

Galera 47, A Coruña · Tl. 981 205 751 · 📍 📞



TARUGO

Un bar de copas de los que ya no quedan, más divertido que salir al recreo; de esos en que todos los clientes se llaman por su nombre, pero si alguien es “nuevo” que no se preocupe, tardará minutos en ponerse a cantar y bailar la música más divertida de la ciudad como si llevase años dentro de la Familia Taruga.

It is one of those bars that no longer remain, funnier than going out for playtime. It is one of those where all customers know each other by name. However, if someone is 'new,' do not worry; it will only take minutes for them to start singing and dancing to the most entertaining music in the city as if they had been part of the Taruga Family for years.

C. Emilia Pardo Bazán 36, A Coruña



1589 COCKTAIL & LOUNGE BAR

Local elegante con una terraza en la plaza de María Pita, que con su servicio profesional, hará que tus bebidas se disfruten de una manera única. Especializados en cavas, vermouths y champagnes, así como una carta de coctelería de autor y bebidas premium para los paladares más selectos, que podrás acompañar con un picoteo de sus encurtidos, chacinas y conservas.

It is an elegant establishment with a terrace in María Pita Square, where professional service ensures a unique enjoyment of your drinks. They specialize in cava, vermouths, and champagnes, as well as a signature cocktail menu and premium beverages for the most discerning palates. You can accompany your drinks with pickles, cured meats, and preserves.

Pr. de María Pita 7, A Coruña · Tl. 881 161 898 · 



LE TAVERNIER

Un local con decoración en madera que recrea las antiguas tabernas portuarias. Con una amplia selección de bebidas internacionales es un referente para quien valora los productos premium, la buena coctelería y música ambiental de todos los estilos, con actuaciones los jueves. Un espacio perfecto para disfrutar de la compañía.

It is a venue with wooden decor that recreates the old port taverns. With a wide selection of international drinks, it is a reference for those who value premium products, good cocktails, and ambient music of all styles, with performances on Thursdays. It is a perfect space to enjoy the company.

Avenida Marina 8, A Coruña · 



La Deputación de A Coruña lanza la iniciativa 'La provincia que sabe' con el fin de identificar la excelencia de los productos agroalimentarios y la gastronomía de la provincia.

'La provincia que sabe' nace, por tanto, como un distintivo específico para diferenciar y agrupar productos agroalimentarios bajo un mismo paraguas: empresas de transformación, distribuidoras y establecimientos hoteleros y restauración, que desarrollan su actividad bajo parámetros de sostenibilidad y calidad.

'La provincia que sabe' servirá, además, para que turistas que buscan la autenticidad en los lugares que visitan, consumidores que priorizan la calidad y el compromiso con el territorio al comprar y/o hacer reservas, y la propia comunidad local, dispongan de un único recurso que unifique sus criterios búsqueda.



Deputación
DA CORUÑA

ATERRIZA EN EL MEJOR ESPACIO DE

OCIO & SHOPPING



📍 A CORUÑA (LCG)

marineda city

