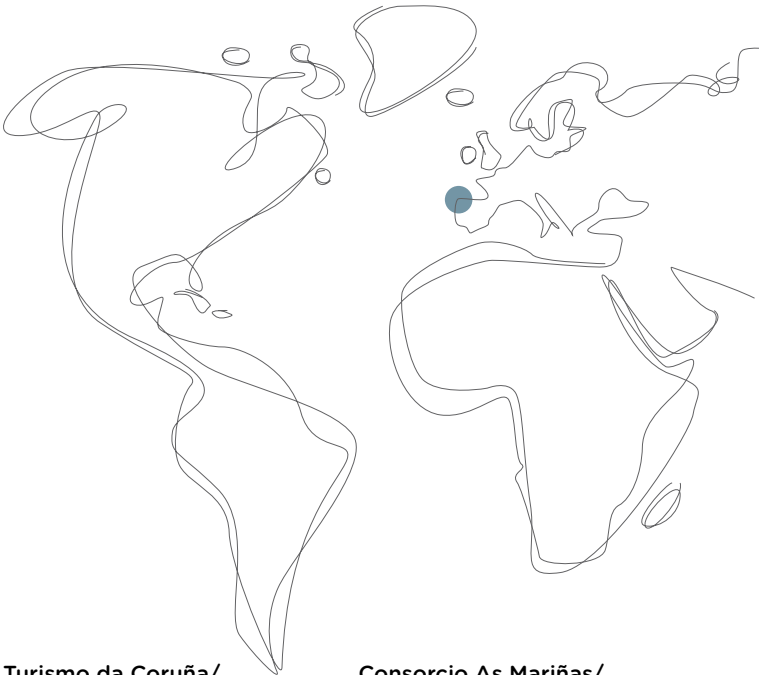




Visitar A Coruña y su comarca es una cita obligada con la gastronomía gallega. Una variada y exquisita oferta culinaria: mariscos, carnes y pescados; quesos y vinos de la tierra. Desde la cocina tradicional del pulpo á feira y la empanada hasta la cocina más innovadora y contemporánea. Todo ello acompañado por los excelentes vinos de las denominaciones de origen gallegas: Monterrey, Valdeorras, Rías Baixas, Ribeiro y el “Viño da Terra de Betanzos” y la centenaria marca de cerveza local Estrella Galicia.



Turismo da Coruña/

Edificio Sol
Calle Sol, s/n. 15003 A Coruña
Galicia - España
Tel.: 981 184 344
Fax: 981 184 345
infoturismo@coruna.es

Consortio As Mariñas/

Lugar de Bos. Naves O Carballal, 4
15640 Guisamo - Bergondo
Galicia - España
Tel.: 981 784 704

www.turismocoruna.com www.consortioam.org



A Coruña



Ruta gastronómica/
A Coruña y su área/

Ruta
Gastronómica/



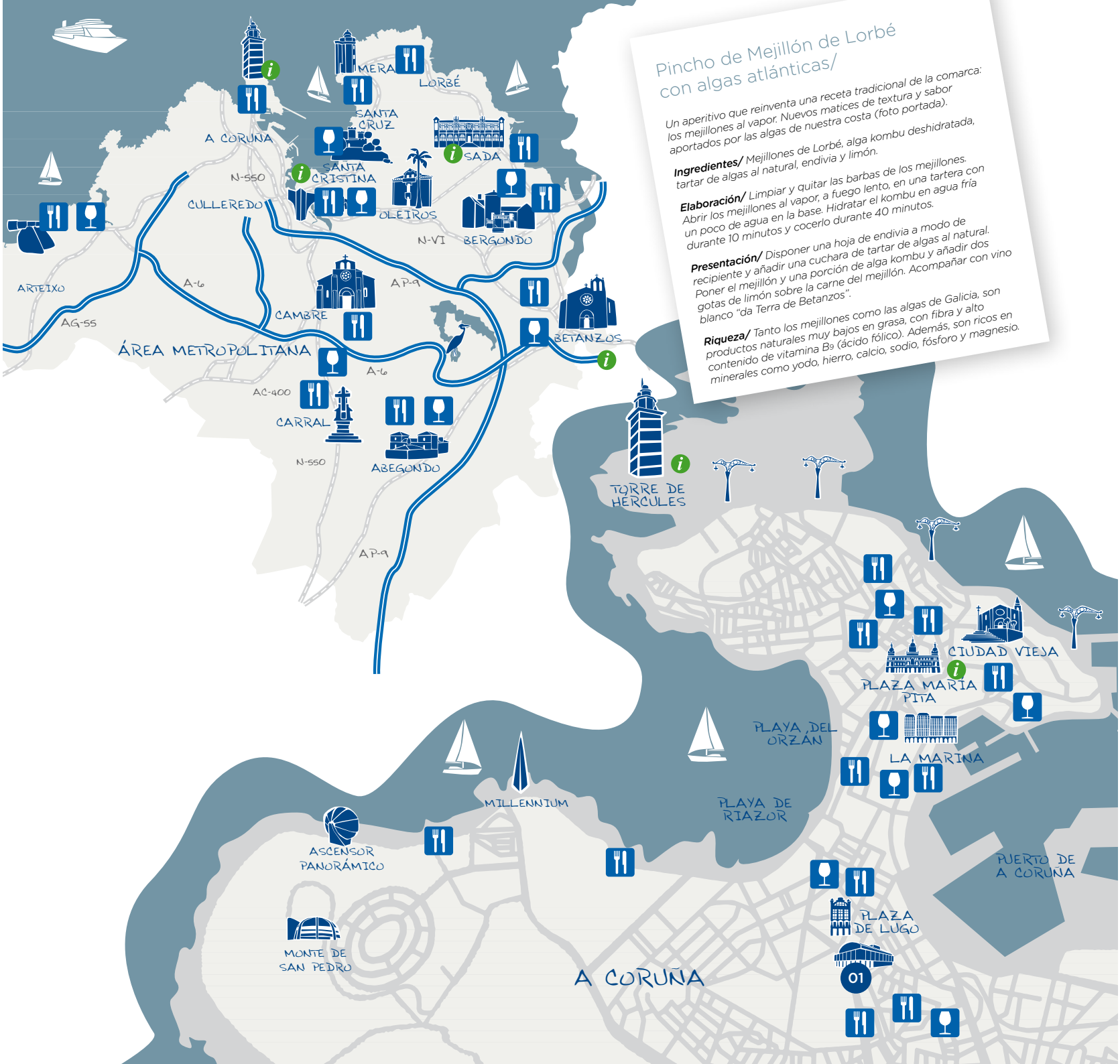
Ruta Gastronómica/

Restaurantes/

Selectos restaurantes como Pardo, Domus, Alborada, Gaioso... entre los que hay Estrellas Michelin. Dada la calidad de la materia prima existe una enorme variedad de establecimientos para todo tipo de bolsillos, desde los más selectos hasta los más populares y tradicionales. En la ciudad, prácticamente cualquier zona (Plaza de España, Plaza de María Pita, La Marina, Ciudad Vieja, Matogrande, Paseo Marítimo, Riazor, Vinos) son buenas alternativas a la hora de decidirse por un restaurante. Y en la comarca la oferta se amplía con establecimientos al borde del mar, en pequeños puertos o rodeados de naturaleza o historia; para saborear lo mejor de cada lugar, no deje de visitar Betanzos por su tortilla; Lorbé, en Oleiros, para degustar los mejillones o Sada por los productos de la ría como la sardina o el chipirón.

Zonas de tapeo/

En las populares calles de los vinos de la ciudad y la comarca se puede disfrutar de una de las mejores fórmulas para saborear la gastronomía gallega: el tapeo. En A Coruña, las principales son las calles Barrera, Troncoso, Franja, Olmos, Estrella y Galera, en las que tascas, tabernas y bares tradicionales, conviven con locales más modernos en donde se pueden encontrar los platos más populares pero no menos exquisitos. Perderse por estas callejuelas es un buen modo de empaparse del bullicio coruñés, comiendo y bebiendo a un precio asequible. Cambre, Betanzos, Sada, Sta. Cristina, Mera o Sta. Cruz cuentan también con sus típicas zonas de vinos.



Mercados y tiendas especializadas/

Para los amantes de la buena mesa, resulta obligada la visita a los Mercados Coruñeses. La exhibición de los productos recién llegados del mar (lenguado, rape, merluza, rodaballo, percebes, nécoras, navajas, zamburiñas) resulta un espectáculo inigualable. Tampoco faltan las carnes de primera calidad y una inmensa variedad de productos de huerta. Desde bien temprano la Plaza de Lugo es un hervidero de clientes que acuden a comprar lo más selecto del marisco y el pescado. En la zona del Ensanche perviven todavía antiguos ultramarinos que ofrecen auténticas delicatessen. Realizar una parada en alguno de estos establecimientos es todo un placer para los sentidos.

Y la versión más popular de las plazas de abasto, las ferias, se pueden visitar en distintas localidades de la comarca en días salteados de semana o fin de semana; destacamos entre todos ellos el de Betanzos, cuyos orígenes se remontan al siglo XIV. Visitando la comarca, también merece la pena una parada en las panaderías de Carral para comprar su afamado pan o la empanada.

Ferias y fiestas/

A lo largo de todo el año se celebran numerosas fiestas gastronómicas. Las más importantes O Entroido (Carnaval) con su menú típico (laconada, orejas y filloas) y San Xoán (declarada de Interés Turístico Nacional) donde toda la comarca se llena de hogueras y de sardinas asadas, un plato sencillo y un exquisito manjar.

A ello se suman las fiestas de exaltación de distintos productos, que combinan degustación y venta, y constituyen una de las mejores formas de saborear toda la gastronomía de la comarca. Como ejemplos: la Feria del Queso o las Jornadas Micológicas en Abegondo; las Fiesta del Vino y de la Tortilla, en Betanzos; la de las setas en Cambre y las del Pan y de la Empanada de Carral. Oleiros celebra la Fiesta del Mejillón y la Feria de la Miel y Sada la de la Queimada.