

02/04/2009

## Semana Santa “gourmet” en el Eume en Galicia



**Sigue el curso del río Eume para no perderte lo mejor de la gastronomía gallega...**

Madrid, marzo 2009.- Si quiere unas vacaciones de Semana Santa en las que conjugar la visita a **parajes espectaculares como los del Parque Natural Fragas del Eume con la degustación de delicias gastronómicas gallegas, la mejor opción es la visita a la comarca del Eume en Galicia.**

Esta comarca gallega está formada por nueve municipios (Cabanas, A Capela, Moeche, Monfero, Pontedeume, As Pontes, San Sadurniño, As Somozas y Vilarmaior) y está situada en el noroeste de Galicia, siendo accesible a través de la A-9 (desde Ferrol, A Coruña, Santiago, Vigo) y desde la A-6 (desde Lugo).

La gastronomía gallega es el hilo conductor de este viaje que permitirá al visitante descubrir los mejores productos gallegos y conocer los lugares más relevantes de la zona desde la costa hasta el interior. Para que la prensa especializada de Madrid también conozcamos una parte de esta rica gastronomía nos han traído "lo mejor de Eume" a la capital de España en forma de innovadoras recetas elaboradas con los productos gallegos que comercializa en exclusiva la asociación sin ánimo de lucro, Agroalimentaria do Eume a través de su Web [Agroalimentaria do Eume](#)

Esta degustación corrió a cargo de un restaurante ya consolidado en la capital, La Penela (C/Velázquez, 87, Madrid y en A Coruña), junto con un gallego de referencia, Andarubel (Pontedeume) el pasado 30 de marzo. Y a cargo de la presentación dos chefs gallegos: Antonio Sanchón, jefe de Cocina del restaurante La Penela (a la izquierda en la fotografía) y Antonio Díaz, propietario de restaurante Andarubel (Pontedeume, A Coruña) y presidente de la Asociación Gastronómica del Eume, A Esmorga.

En el menú degustación en "La Penela" probamos:

- **Degustación**

- Croquetas de queso del Eume con nueces (confieso que nunca había probado con estos ingredientes y que estaba muy suave y deliciosa).
- Croquetas de grelo del Eume (muy ricas también).
- Cucharita de revuelto de grelos del Eume con bacalao.
- Jarrete de ternera gallega suprema estofado al vino mencia con castañas (la castaña como guarnición resulta deliciosa).
- Tabla de quesos del Eume (con frutos secos y mermelada de endrinas, un contraste exquisito).
- Queso A Capela a la plancha (riquísimo en especial junto a la mermelada de bruños o endrinas).

- **Postres**

- Copita de requesón de A Capela con miel del Eume.
- Higos "Migueliños" con chocolate caliente (unos higos autóctonos de la zona, de pequeño tamaño y muy sabrosos, con chocolate resultan soberbios... Reciben este nombre por el día de San Miguel).
- Repostería del Eume y As Pontes (bollería tradicional muy seca, tipo pastas, rosquillas...). Antonio Díaz, presidente de la Asociación Gastronómica del Eume nos contaba que la repostería de la zona es así, "bastante seca", por eso aconsejaba tomarla en compañía de un licor dulce, una ambrosía hecha a base de frambuesa, moras... (está buenísima).

- **Bebidas**

- Vino tinto ecológico de Riveira Sacra.
- Vino blanco de Betanzos.
- Licores artesanales tradicionales (de hierbas...).



**Pontedeume, el origen de la costrada gallega**

En Pontedeume, pequeña población situada en la costa, se encuentra una de las entradas al Parque Natural Fragas del Eume. En él se pueden realizar rutas diferentes y disfrutar de casi 10.000 hectáreas de parajes naturales y más de 170 especies diferentes. Dentro del Parque se encuentra el Monasterio de Caaveiro (en el municipio de A Capela), de acceso gratuito y cuya construcción se remonta al siglo IX.

Para almorzar, lo mejor es encargarse la tradicional costrada gallega en La Confeitería Obradoiro, una deliciosa empanada, que fue comida habitual de los nobles que gobernaban esta comarca y que ahora sólo ellos elaboran según esa receta medieval. Recomendables son también los melindres y almendrados, típicos dulces de la zona. En otro establecimiento, el Taller de Arela se puede conocer el proceso de cultivo y recogida de frutos para la producción artesanal de mermeladas y confituras.

Tras el paseo por el Parque Natural, se puede optar por comer en restaurantes como La Pitanza, en el centro histórico de la villa, o Andarubel, situado junto al centro de interpretación del Parque Natural, o La Solana, situado junto a la playa de A Magdalena.

Es de visita obligada el centro histórico el Torreón de Andrade, que cuenta con un pequeño museo sobre la historia de la comarca y el Castelo de Nogueirosa, desde el que se pueden disfrutar de inmejorables vistas de las rías de Ares, Ferrol y A Coruña.

## **Espacios naturales para la cría de ganado**

Monte Forgoselo es un espacio protegido donde se cría tradicionalmente el ganado en libertad. En la Asociación Monte Forgoselo se encuentran reses que luego tendrán la calificación de calidad suprema dentro de la D.O. Ternera Gallega. Se recomienda la práctica del senderismo y optar por cualquier ruta para poder ver estas especies autóctonas en su hábitat natural.

A pocos kilómetros, aunque fuera del parque, ubicamos al único **criador de cerdo celta** en ecológico, con una calidad excelente y similar a la del cerdo ibérico, con una producción tan pequeña que sólo se comercializa a cliente final.

## **Zona A Capela**

Para conocer "in situ" el procedimiento de elaboración de los mejores quesos gallegos, el visitante puede acercarse a la **Cooperativa Campo Capela**, que utiliza leche cruda de vaca, sin conservantes ni colorante añadidos, para preservar su sabor y calidad. La Cooperativa elabora el riquísimo requexo da Capela, el queso fresco, queso del país, nata y mantequilla.

El Museo Etnográfico de A Capela tiene un innegable valor turístico. Situado en el Parque Natural, en la zona de A Capela, en el que se encuentra la Casa Do Pazo; una recreación de una casa tradicional de

la comarca y una pequeña muestra de oficios tradicionales (barbería, zapatería, herrería...)

Se puede tomar un pequeño almuerzo en alguno de los establecimientos más característicos como La Palma, Casa Peizás, Casa Toñita o Cantina Do Eume Pepe.

## **As Pontes**

En esta comarca es obligación probar las especialidades de la Artesanía Pontesa y Viuda de Domingo López, que fabrican **artesanalmente los Mantecados y Polvorones típicos de As Pontes y la Tarta de Almendras**, dos de los postres más habituales de la zona del Eume. Se elaboran con ingredientes naturales (huevos, manteca, azúcar, harina, almendras) y se cuecen en hornos de piedra para asegurar su calidad y sabor. Estas empresas cuentan con una tradición de más de 100 años en la elaboración de productos artesanales de panadería y repostería.

En **As Pontes se sitúa la Casa Do Mel** donde se puede aprender algo más sobre el arte de la apicultura, participar en diferentes actividades y/o **cursos y degustar la miel que recolectan los socios de la Asociación Galega de Apicultura** en el parque natural Fraguas de Eume.

Otros productos recomendados son **los vinos blancos de "Terra de Betanzos"**, las conservas de verduras ecológicas A Cruxeira (zanahoria, espinacas, lentejas, salsa de tomate...) y las de pescado de La Pureza (bonito, atún, aguja, sardinas, bacalao, congrio o pulpo). Para concluir, puedes adquirir un licor, orujo o aguardiente de la zona

**Agroalimentaria do Eume, más de 150 productos gallegos, a golpe de click**



Estas delicias gastronómicas se pueden adquirir también a través de la Web de la Asociación Agroalimentaria do Eume [\*\*Agroalimentaria do Eume\*\*](#). Esta asociación agrupa a los productores de la zona del Eume, entre los que se encuentran los ya mencionados. Se encarga principalmente de comercializar sus productos mediante acciones colectivas, además de asesorarles y preservar el sector primario de la Comarca del Eume, ya que el mantenimiento de estas producciones tradicionales hace que se mantenga gran parte de la esencia de esta zona gallega, que te recomendamos visitar. Antonio Díaz nos muestra a la izquierda en la fotografía uno de los aguardientes de la Destilería Meigas Fóra, que nos invitó a probar después.

Agroalimentaria do Eume es una asociación integrada por los productores agrícolas y ganaderos que desde 2004 se dedica a impulsar el sector primario de las comarcas gallegas de Eume, Terra Chá, Betanzos y Ferrolterra, tanto en lo referente a la calidad de los productos (producción y transformación) como en la búsqueda de alternativas para su comercialización, promoción y divulgación.

Uno de los objetivos prioritarios de Agroalimentaria do Eume es la comercialización conjunta a través de los llamados "canales cortos", para eliminar intermediarios y así pagar un precio más justo a los productores y beneficiar a los consumidores que podrán adquirir productos artesanales con calidad y origen garantizados, que de otra manera serían difíciles de conseguir.

Agroalimentaria Do Eume está integrada por más de 40 socios de diferentes sectores de la alimentación como el lácteo, cárnico, vitivinícola, repostero, panadero, conservero u hortícola.

## **Los productos**

- **De la huerta**

La mayoría cumplen los parámetros como para ser certificados de agricultura ecológica. Entre los productores están: Agrícola A Cruxeira (especializada en agricultura ecológica y en la cría de especies autóctonas como el cerdo celta), María Elisa Bouza (agricultura ecológica), Natividad Vázquez Eiroa (agricultura ecológica), Valxestoso (responsable de los famosos "Grelos de Monfero") y Xoan Vázquez Morado (productos de variedades autóctonas, como la cebolla chata de Miño o el repollo de Betanzos).

- **Cárnico**

Sus principales productos son la carne de ternera ecológica (criada según la regulación marcada por el Consejo Regulador de Agricultura Ecológica de Galicia) y carne de ternera gallega (ternera criada en extensivo en explotaciones tradicionales de carne de vacuno). Como socio de Agroalimentaria do Eume se encuentra el único criador de cerdo celta en ecológico, tan valorado por su calidad como el cerdo ibérico, aunque su volumen de producción es pequeño y sólo se comercializa a consumidores finales.

Entre sus productores cuenta con: AA.VV. Monte Forgoselo (120 socios que crían su ganado dentro del espacio protegido Xubia Castro), Xertigan (cooperativa con explotaciones unifamiliares tradicionales de vacuno de carne, caracterizada por un cuidado y tratado muy minucioso de todo el proceso de la cría del ganado) y Agrícola A Cruxeira (especializada en agricultura ecológica y en la cría de especies autóctonas como el cerdo celta).

- **Repostería y panadería**



Entre los productores están Artesanía Pontesa dos Mantecados, Viuda de Domingo López y la confitería Obradoiro, ambos miembros de la misma familia pontesa, con una tradición de más de 100 años en la elaboración de productos artesanales de panadería y repostería.

Las especialidades de Artesanía Pontesa y Viuda de Domingo López son los Mantecados y Polvorones típicos de As Pontes y la Tarta de Almendras, dos de los postres más habituales de la zona del Eume. Se elaboran con ingredientes naturales (huevos, manteca, azúcar, harina, almendras) y se cuecen en hornos de piedra para asegurar su calidad y sabor. Estas empresas, procedentes de la misma familia pontesa, cuentan con una tradición de más de 100 años en la elaboración de productos artesanales de panadería y repostería.

La Confitería Obradoiro cuenta con un gran prestigio en la villa de Pontedeume gracias a la tradición familiar. Su trabajo viene caracterizado por la utilización de productos típicos que complementan cualquier comida (costrada, empanada...) o los dulces tradicionales de Pontedeume (melindres, almendrados...).

Otros postres que ofrece Agroalimentaria son: la tarta de almendras, milhojas de crema y chocolate, mantecados y polvorones de As Pontes, proias, bica o rosquillas de azúcar.

- **Lácteos**

Entre los socios dedicados a los productos lácteos encontramos a la Cooperativa Campo da Capela (la única empresa que produce el popular requeixo gallego a partir de leche cruda), Lácteos Bretón (que, entre otros, comercializan queso con la denominación de origen Tetilla), Lácteos O Casal y Queserías del Eume. También comercializan

yogures ecológicos de las empresas Lácteos A Cernada y Casa Grande de Xanceda.

- **Apicultura** La miel que se comercializa es de varias procedencias:
  - De la Asociación Gallega de Apicultura (AGA Eume), cuya sede se sitúa en las Fragas del Eume en donde también se encuentra una casa-museo dedicada a la formación y divulgación de los productos y beneficios de la apicultura.
  - Miel Eladino, que elabora miel procedente de un hábitat de los bosques de robles, castaños, brezos, zarzamoras, kiwis y flores silvestres de la zona protegida Xuvia-Castro.
  - Miel de Monfero, con D.O. Miel de Galicia, que comercializa miel procedente del Parque Natural Fragas Do Eume.



- **Otros productos variados** Agroalimentaria do Eume distribuye asimismo, otros productos de la zona:
  - Huevos (de la cooperativa Avega).
  - Vinos gallegos ecológicos (D.O. Ribeira Sacra y Valdeorras).
  - Conservas ecológicas: mermeladas elaboradas por Daldea Pousadoira en su complejo ecoturístico (de moras silvestres, de kiwi, o de manzana con pétalos de rosa), como conservas vegetales de Agrícola A Cruxeira (zanahoria, espinacas, soja, ensaladas...).
  - Conservas artesanales: Armieiro, que comercializa conservas vegetales (grelos, judías, salsa de tomate y mermeladas de diversos sabores. La Pureza: con conservas artesanales de bonito, atún, aguja, sardinas, bacalao, congrio...).
  - Licores: Destilería Meigas Fóra (como los tres de la fotografía), que elabora licores, orujos y aguardientes. Arela: especializada en mermeladas y licores elaborados con frutos del bosque que ellos mismos cultivan en la entrada del Parque Natural Fragas do Eume.

## Sus socios

Algunos de sus principales socios son: Aga Eume, Agrícola A Cruxeira, Arela, Artesanía Pontesa do Mantecado, AAVV Monte Forgoso,

Confitería Obradoiro, Cooperativa Campo Capela, Cooperativa Val Xestoso, Cooperativa Xertigan, Daldea Pousadoira, Lácteos O Casal, Lácteos Bretón, Licores Meigas Fora, Miel Eladino, Panadería Inxerto, Queixerías do Eume y Viuda de Domingo López.

Con la crisis muchos agricultores, ganaderos, productores lo están pasando muy mal, porque ya eran de por sí un sector muy desprotegido y desfavorecido... por eso iniciativas como las de esta cooperativa pueden ser una alternativa estupenda. Y el consumidor contará con productos muy especiales, a un precio más interesante.

**Actualidad gastronomía, galicia, eume**

**Versión para Imprimir - Enlace permanente a esta página**

respectivos autores, Recopilación (c) Dr. Manuel Zamora 2001/2008