Nos Obradoiros Gastronómicos poderás descubrir, da man dos cociñeiros, o proceso que seguen os nosos peixes, mariscos ou algas dende que chegan do mar ata rematar no prato.

Restaurante O Centolo
Menú mariñeiro na cociña de O Centolo Fisterra

Fronte ao porto de Fisterra, con vistas á ría atópase o restaurante O Centolo, os seus cociñeiros descubrirante a tradición e cultura mariñeira que agocha esta vila, a través da historia no museo e do presente no porto. No obradoiro gastronómico mariñeiro do restaurante O Centolo os clientes convírtense en cociñeiros mentres elaboran un menú mariñeiro completo baseado nos produtos da tempada.

Menú:
Entrantes: Sopa de peixe ao azafrán. Produto da tempada.
Prato principal: Peixe de Fisterra ao gusto dos nosos mariñeiros.

Desenvolvemento:
Recepción no restaurante O Centolo, Fisterra ás 16:00 h.
Paseo ata o Castelo de San Carlos, Museo do Mar, para coñecer as artes de pesca.
Paseo ata a lonxa e porto para ver chegar os barcos e como se fai descarga e venda da pesca. Compralos produtos.
Obradoiro gastronómico: preparación conxunta das receitas propostas. Cea cos pratos elaborados polos mesmos clientes.

Data:
Venres 18 de novembro.

Prezo:
O prezo do obradoiro por persoa é de 50 € (non inclúe bebidas).

Número de persoas:
A realización do obradoiro está suxeita á inscrición dun número mínimo de catro persoas. O número máximo de persoas participantes é de oito. Consultar para ver se se pode realizar con grupos de mais xente.

Restaurante Casa da Crega
Algas con Pindo Mariño e cociña na Casa da Crega

As algas coñécense pola cociña oriental dende fai moitos anos, pero esta gastronomía comeza a ser de grande interese para os occidentáis polos seus beneficios saudables. Aos pés do monte Pindo, as artes de pesca e as cunchas danche a benvida á ruta na que, coas explicacións dunha bióloga, descubrirás os diferentes tipos de algas antes de comezar na cociña.

Menú:
Revolto de algas e ourizos. Polbo con ameixas. Caldeirada mixta de peixe con grelos.

Desenvolvemento:
Recepción na confraría de O Pindo ás 17:30 h.
Desprazamento en vehículos propios ao comezo da ruta.
Explicacións dunha bióloga sobre os diferentes tipos de algas.
Retorno á Casa da Crega e visita ás instalacións do restaurante.
Obradoiro gastronómico: preparación conxunta das receitas propostas.
Degustación conxunta das receitas preparadas.

Data:
Venres 25 de novembro.

Prezo:
O prezo do obradoiro por persoa é de 50 € (non inclúe bebidas).

Número de persoas:
A realización do obradoiro está suxeita á inscrición dun número mínimo de seis persoas. O número máximo de persoas participantes é de dez.

Información e Reservas:
Tel: 981 764 815 - 667 393 173.

Restaurante Casa Pila, Lira
O pulpo de Lira na cociña de Casa Pila

O polbo é a principal especie pesqueira da costa de Lira, que ten un santuario natural para protexer a súa reprodución na Reserva Mariña dos Miñarzos. Nos seus arredores faenan diariamente pequenas embarcacións que practican a pesca artesanal e que posteriormente desembarcarán as súas capturas na lonxa de Lira. No obradoiro de Cociña de Casa Pila pretendemos achegarvos a esta realidade, ao saboroso mundo do polbo fresco do día e, sobre todo, a outras formas de preparación alternativas ao omnipresente polbo á feira.

Menú:
Paté de polbo. Polbo con ameixas. Caldeirada de polbo.

Desenvolvemento:
Recepción en Casa Pila, Lira ás 18:00 h.
Desprazamento en vehículos propios á lonxa de Lira para facer unha visita ao porto.
Retorno a Casa Pila e visita ás instalacións do restaurante.
Obradoiro gastronómico: preparación conxunta das receitas propostas. Degustación conxunta das receitas preparadas.

Data:
Venres 11 de novembro.

Prezo:
O prezo do obradoiro por persoa é de 50 € (non inclúe bebidas).

Aloxamento:
Ofrécese a posibilidade de aloxamento en albergue turístico en habitación non compartida. A tarifa é de 19 € por persoa con almorzo incluído.

Promocións:
Existe unha promoción que inclúe a participación no obradoiro, aloxamento e almorzo por 67 €.

Número de persoas:
A realización do obradoiro está suxeita á inscrición dun número mínimo de cinco persoas. O número máximo de persoas participantes é de doce.

Pensión Restaurante Casa Peto Outes
Os moluscos na cociña de Casa Peto Outes

En Outes atópanse os principais bancos marisqueiros de moluscos da ría de Muros-Noia. Todos os días da tempada de pesca as mariscadoras e maricadores acuden aos lombos da Barquiña, da Creba, do Canal, da Misela, do Picouso ou do Freixo para extraer do fondo da ría os mellores e mais afamados berberechos de Galicia que son descargados e subastados diariamente na lonxa do Freixo. Desta lonxa procederán os berberechos e ameixas que combinaremos con outros produtos selectos do noso mar no primeiro obradoiro de cociña mariñeira de Casa Peto Outes.

Menú:
Empanada de millo de berberechos. Pulpo con ameixas. Sopa de mariscos. Pementos recheos de mexillón e ourizos.

Desenvolvemento:
Recepción en Casa Peto Outes ás 18:00 h.
Desprazamento en vehículos propios á cetárea Mariscos Chaparrito para seleccionar os moluscos reglamentariamente depurados.
Retorno a Casa Peto e visita ás instalacións do restaurante.
Obradoiro gastronómico: preparación conxunta das receitas propostas.
Degustación conxunta das receitas preparadas.

Data:
Venres 2 de decembro.

Prezo:
O prezo do obradoiro por persoa é de 45 € (non inclúe bebidas).

Aloxamento:
Ofrécese a posibilidade de aloxamento en Pensión**. A tarifa é de 25 € por persoa con almorzo incluído.

Promocións:
Existe unha promoción que inclúe a participación no obradoiro, aloxamento e almorzo por 60 €.

Número de persoas:
A realización do obradoiro está suxeita á inscrición dun número mínimo de cinco persoas. O número máximo de persoas participantes é de dez.

Goza dunha fin de semana única aloxándote nos mellores establecementos de ambiente mariñeiro con descontos especiais.

Adquirindo o Menú ou participando no Obradoiro de Cociña Mariñeira obterás un desconto do 10% no aloxamento nos seguintes establecementos:

Hotel Restaurante El Hórreo
Corcubión _ 981 749 185

Hotel Restaurante Insua
Cee _ 981 747 575

Restaurante Casa Pila Albergue Turístico
Lira, Carnota _ 981 762 530

Pensión Casa Dosil. Restaurante Xouba
Lira, Carnota _ 981 761 145

Pensión Restaurante Casa Peto Outes
Cruceiro de Roo, Outes _ 981 765 024

Pensión Restaurante Casa Mar da Vila
Noia _ 981 820 248

COMETE O MAR
Tempada Gastronómica Mariñeira MarGalaica



Do 28 de outubro ao 4 de decembro, os fins de semana

Degusta nos menús os mellores produtos do mar, descobre nos obradoiros gastronómicos como escoller e preparar deliciosos peixes e mariscos, descansa nos nosos establecementos e soña co mar...

MarGalaica Turismo Mariñeiro

de mesa en mesa... de prato en prato...

www.margalaica.net

zona 4 Rías de Galicia Norte Rías Baixas grupos de acción costeira 2007-2013
GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DE MEDIO AMBIENTE Y MEDIO RURAL Y MARINO
XUNTA DE GALICIA CONSELLERÍA DO MAR
UNIÓN EUROPEA Fondo Europeo de Pesca

Información e reservas no restaurante

galicia

Co título de "**Cómete o Mar**", Mar Galaica estrea Tempada Gastronómica Mariñeira dende Fisterra ata Porto do Son. Os nosos cociñeiros prepáranche uns menús especiais cos mellores produtos das nosas rías.

Restaurante O Fragón

Fisterra _ 981 740 429
O Fragón agasalla aos seus clientes cun menú especial elaborado con peixes e mariscos das nosas rías.

Restaurante O Centolo

Fisterra _ 981 740 452
1º PRATO
Longueirón de Fisterra. Cazoliña de ameixas e polbo no seu xugo.
2º PRATO
Peixe ao estilo mariñeiro.
SOBREMESA
Sobremesas caseiras. Café.
PREZO: 35 € (non inclúe bebidas).

Restaurante Tira do Cordel

Fisterra _ 981 740 697
1º PRATO
Navallas ou zamburiñas á prancha. Ameixas á mariñeira.
2º PRATO
Lubina á brasa.
SOBREMESA
Sobremesas caseiras. Café.
PREZO: 32 € (non inclúe bebidas).

Hotel Restaurante El Hórreo

Corcubión _ 981 749 185
1º PRATO
Ovos rotos con longueirón de Fisterra. Crocante de vieira e langostino.
2º PRATO
Parrillada de peixe da nosa ría con salsa de ourizos.
SOBREMESA
Xeado de anchoa. Café.
PREZO: 32 € (non inclúe bebidas).

Hotel Restaurante Insua

Cee _ 981 747 575
1º PRATO
Polbo gratinado con queixo do país. Zamburiñas con cogumelos.
2º PRATO
Parrillada de peixes da nosa ría.
SOBREMESA
Selección de repostería caseira. Café. Chupito de augardente galega.
PREZO: 30 € (non inclúe bebidas).

Restaurante O Recreo da Costa da Morte

Cee _ 981 747 028
1º PRATO
Ensalada templada de longueirón de Fisterra con espárragos trigueiros. Risotto de cogomelos de tempada e lura da ría.
2º PRATO
Peixe fresco do día sobre cama de patacas asadas.
SOBREMESA
Gin tonic texturizado ao aroma de lima e framboesa. Café.
PREZO: 25 € (non inclúe bebidas).

Bar Tapería O Rodelo

Cee _ 675 816 058
1º PRATO
Navallas á prancha. Ameixas en salsa.
2º PRATO
Xarda á prancha con patacas panadeiras.
SOBREMESA
Café.
PREZO: 30 € / 2 persoas (non inclúe bebidas).

Restaurante Casa da Crega

Caldebarcos, Carnota _ 981 762 543
1º PRATO
Navallas. Polbo con ameixas.
2º PRATO
Peixe de tempada salvaxe ou arroz mariñeiro.
SOBREMESA
Crema de iogur con compota de mazá. Café.
PREZO: 30 € (non inclúe bebidas).

Restaurante Casa Pila Albergue Turístico

Lira, Carnota _ 981 762 530
1º PRATO
Paté de polbo. Boletus edulis con ameixas.
2º PRATO
Caldeirada de raia de Lira.
SOBREMESA
Sobremesas caseiras. Café.
PREZO: 32 € (non inclúe bebidas).

Restaurante Xouba

Lira, Carnota _ 981 761 145
1º PRATO
Navallas. Mexillóns recheos.
2º PRATO
Peixe á prancha da nosa costa ou caldeirada.
SOBREMESA
Mousse de limón. Café.
PREZO: 25 € (non inclúe bebidas).

Restaurante Casa Anido

Serres, Muros _ 981 826 176
1º PRATO
Navallas da nosa ría á prancha con cerco de berberechos. Ameixas da nosa ría á nosa maneira.
2º PRATO
Chopo da ría na súa tinta feitiño por mamá Rosa con pataca galega.
SOBREMESA
Tortilla romana (sobremesa típica muradana). Café de pota.
PREZO: 30 € (non inclúe bebidas).

Restaurante Pepe do Coxo

O Freixo, Outes _ 981 765 189
PINCHO + 1º PRATO
Surtido de bivalvos. Polbo á prancha con cachelos.
2º PRATO
Caldeirada de peixe da ría con grelos.
SOBREMESA
Crema de queixo. Café.
PREZO: 30 € (non inclúe bebidas).

Pensión Restaurante Casa Peto Outes

Cruceiro de Roo, Outes _ 981 765 024
1º PRATO
Croquetas de mexillóns con ourizos. Polbo ao alliño.
2º PRATO
Caldeirada de peixe de roca.
SOBREMESA
Tarta de queixo ao caramelo. Café.
PREZO: 25 € (non inclúe bebidas).

Pensión Restaurante Casa Mar da Vila

Noia _ 981 820 248
1º PRATO
Berberechos ao vapor do albariño. Chipiróns recheos de cogumelos.
2º PRATO
Robaliza á vinagreta de algas.
SOBREMESA
Cremoso de chocolate. Café.
PREZO: 25 € (non inclúe bebidas).

Restaurante Elisardo

Noia _ 981 820 130
1º PRATO
Revolto de camaróns. Navallas á prancha.
2º PRATO
Caldeirada de pescada.
SOBREMESA
Empanada de mazá ou flan de queixo. Café.
PREZO: 28 € (non inclúe bebidas).

Restaurante A Cociña das Monadas

Porto do Son _ 981 853 108
APERITIVO
Croquetas de ourizos e de wakame.
1º PRATO
Zamburiñas tres sabores (albariño, grelos e allo-queixo). Pastel de peixe e marisco.
2º PRATO
Polbo da ría con grelos sobre cama de puré de patacas.
SOBREMESA
Tarrina de chocolate branco con salsa de chocolate quente. Café.
PREZO: 32 € (non inclúe bebidas).

Restaurante As Pepas

Porto do Son _ 633 353 530
1º PRATO
Polbo empanado en mollo de marisco. Ameixa á mariñeira ou á prancha.
2º PRATO
Sargo ao forno con patacas panadeiras e salteado de verduriñas.
SOBREMESA
Sopa de chocolate branco. Café.
PREZO: 28 € (non inclúe bebidas).

MarGalaica
Turismo Mariñeiro

de mesa en mesa... de prato en prato...

www.margalaica.net

zona 4 Ría de Fisterra - Ría de Muros - Noia grupos de acción costeira COSTEIRO
GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE MEDIO AMBIENTE Y MEDIO RURAL Y MARINO
XUNTA DE GALICIA CONSELLERÍA DO MAR
UNIÓN EUROPEA Fondo Europeo de Pesca

Información e reservas no restaurante