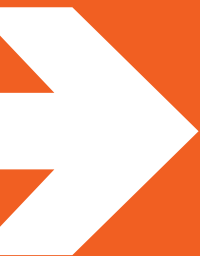


guía gastronómica santiago de compostela





guía gastronómica santiago de compostela



o autor

miguel vila é xornalista gastronómico.

distincións e libros gastronómicos:

- premio nacional de periodismo gastronómico álvaro cunqueiro 2004, polo libro “caldeirada para dous (mortos)”, editorial lea, 2003.
- premio nacional de periodismo gastronómico álvaro cunqueiro 2006, polo libro “a cociña do merlín”, editorial galaxia, 2005.
- premio gourmand cookbook awards 2007, polo libro “a cociña do entroido e san xoán”, edicións xerais de galicia, 2006.
- premio alimentos de españa 2006 ao mellor labor informativo continuado pola columna “a cociña global” (el progreso).
- “diccionario galego de gastronomía”, editorial lea, 1998.
- “hora de comer”, editorial sotelo branco, 2007.

máis información en www.colineta.com

edita

turismo de santiago

autor

miguel vila

coordinación

turismo de santiago

tono mugico, yolanda ferro

colaborador

jorge guitián

deseño

marujas creativas

fotografías

miguel vila

antonio saba

anxo iglesias

suvestudio

juan balsa

depósito legal

C 429-2008



guía gastronómica de santiago de compostela
miguel vila pernas









instrucións de uso	09
historia gastronómica dun cruce de camiños	11
o menú de compostela	19
a dieta atlántica	19
empanada	19
mariscos	23
polbo	27
peixes	29
a lamprea	34
pementos de padrón	37
grelos	37
carnes	40
queixos	42
doces	48
viños, augardentes e licores	50
turismo gastronómico	55
de tapas e racións por compostela	59
ao sur da catedral	59
arredor do mercado de abastos	63
o ensanche	67
san lázaro, a entrada do camiño	70
bocadillos	75
compras gourmet	79
o mercado de abastos	83
alimentos de calidade contrastada	87

receitas dos chefs	93
cafetocaldo	93
canelóns de centola, salsa de lagostinos, queixo	
parmesano	94
ensalada de bacallau	95
polbo á grella	95
polenta, caruncho do millo e luras	98
renxente de vieiras ao albariño	98
rodaballo ao forno	99
xarrete guisado	100
lista alfabética de restaurantes	103
lista alfabética de locais de tapas e racións	123
lista alfabética de locais de bocadillos	129
lista alfabética de tendas gourmet e ultramarinos	131
lista alfabética de pastelaría	135
índices	
por barrios	137
alfabético	141
por tipo de cociña (restaurantes)	145
por prezos (restaurantes)	149
restaurantes do municipio de santiago de compostela	150







instrucións de uso

Esta guía busca por derriba de todo facilitar o acceso á información ao usuario, razón pola cal se inclúen ao final diversos índices clasificando a información por diferentes criterios.

Comeza cun apartado dedicado ás materias primas e aos usos e costumes culinarios de Compostela, na que o viaxeiro encontrará información detallada sobre o que vai atopar na súa mesa.

Segue un capítulo referido ás rutas de tapas en Compostela, tanto cando se trata de tapas de cortesía facilitadas de maneira gratuíta acompañando as bebidas como aquelas que son de pago. No primeiro caso a tapa sèrvese simultaneamente coa consumición solicitada, mentres que as de pago debe pedilas o cliente. Neste último caso normalmente existen cartas ou un taboleiro no que se indican as tapas dispoñíbeis e o seu prezo.

As pastelerías e os establecementos que serven bocadillos, que nunca faltan nunha cidade universitaria como Compostela, e as compras gourmet completan a primeira parte da guía.

De seguido atópase unha relación alfabética de restaurantes na que se ofrece ampla información sobre os mesmos: localización, datos de contacto, tipo de cociña, días de peche, prezo aproximado, capacidade... As expresións “reservados”, “tarxetas”, “reservas”, etc., implican a existencia de tales servizos no restaurante en cuestión. Se non aparece a expresión é porque dito restaurante non ofrece ese servizo.

Tra os restaurantes ofrécese a lista alfabética de locais de tapas e racións, de bocadillos, tendas gourmet e ultramarinos e de pastelerías.

A terceira parte da guía corresponde aos índices, onde se poderá buscar un establecemento seguindo diversos criterios:

- ⊙ Alfabético
- ⊙ Por barrios
- ⊙ Por tipo de cociña
- ⊙ Por prezo medio





historia gastronómica dun cruce de camiños



Jorge Guitián
(Historiador e gastrónomo)

Compostela é, desde sempre, un lugar en relación cun Camiño. Lugar de paso, lugar de chegada e confluencia de culturas e tradicións que marcan, desde hai séculos, o seu peculiar carácter, o carácter dos composteláns, da cidade e, por suposto, o da súa gastronomía.

Mesmo antes de existir Compostela había, no seu lugar, un camiño, un lugar de paso polo que os usuarios das vías romanas da antiga Gallaecia transitaban entre Iria Flavia e a descoñecida Asseconia. Probablemente aquí habería unha vila de certa entidade, un lugar de descanso, no que os viaxeiros farían noite e cociñarían sementando o xerme dunha tradición milenaria.

Por outra banda, as condicións naturais de Compostela, situada na transición entre a Galiza costeira e a interior, entre o clima das Rías Baixas e o máis rexo do norte, fixeron dela un lugar idóneo, máis alá das circunstancias históricas, para a confluencia dos produtos e as tradicións gastronómicas

de toda Galiza. A cidade contou sempre con boa provisión dos grelos aos que o frío das terras de Ordes e Oroso lles confire o seu sabor característico; coas froitas e verduras do Val da Amaía e do Ulla, que foi de sempre a súa despensa natural; cos produtos das veciñas rías de Noia e Arousa...

Historicamente non son moitas as noticias culinarias que temos en relación coa cidade, pero si que hai elementos para esbozar a que debeu ser a súa historia gastronómica. Desde as súas orixes altomedievais contou cun importante mercado, en tempos un dos máis coñecidos do país, asentado orixinariamente na antiga Praza do Pan ou Praza do Campo (hoxe de Cervantes) e nas rúas próximas. Desde aí, os gremios foron asentándose en diferentes partes da cidade e a súa pegada aínda pode identificarse nos nomes de rúas como a Pescadería Vella, a Carnicería ou o Campo do Forno.

Probablemente é neste período medieval no que xorden, tal como hoxe as coñecemos, algunhas das receitas tradicionais. Os motivos serían varios e, xunto aos tradicionais elementos comentados máis arriba, habería que ter en conta o crecente tráfico de peregrinos chegados de todas as partes de Europa e o asentamento das principais ordes relixiosas. O primeiro documento histórico sobre a gastronomía medieval compostelá está tallado en pedra, no Pazo de Xelmírez, onde podemos ver un personaxe portando o que semella ser un antecedente directo das actuais empanadas. Álvaro Cunqueiro a imaxinou de lamprea, na tradición do Baixo Ulla





e, segundo contan, chegou a afirmar que o gastrónomo atento pode captar o sutil aroma do recheo xurdindo da pedra.

Á repostería conventual débelle Compostela, sen dúbida, o apartado máis doce do seu receptorio. Coas ordes relixiosas chegaron á cidade receitas de améndoas e xemas, tradicións foráneas que deron lugar a especialidades como a Torta de Santiago, do mesmo xeito que están na orixe doutros doces tradicionais galegos como os amendoados de Allariz. Pero a achega monacal non se reduce á repostería, xa que é probablemente á Orde Franciscana, e máis concretamente ao convento de Herbón (Padrón), ao que se lle debe a introdución en Galiza dun dos máis célebres produtos: o pemento de Padrón ou de Herbón, que das dúas formas se lle chama. Aínda que outras teorías relacionan a súa introdución en Galiza coa figura do padronés Alonso de la Peña e Montenegro, bispo de Quito no século XVII, o certo é que parece máis plausible que foran traídos por un franciscano á volta das misións mexicanas. Non falamos agora dun produto netamente compostelán, pero si que é certo que os menos de 20 quilómetros de distancia entre a cidade e a súa zona de cultivo fan destes pementos unha constante nos nosos mercados e nas nosas mesas.

Co paso dos séculos, o mercado medieval foi crecendo e, ao tempo que se estendía por novas rúas da cidade histórica, foi medrando tamén un mercado de gando que tiña lugar extramuros. Xa no século XIX pasou a celebrarse na Carballeira de Santa Susana, no corazón do Parque da Alameda. Aínda son moitos os composteláns que recordan o paso do gando por zonas tan céntricas como a Rúa da Senra ou a actual Praza de Galicia. E coa feira do gando chegaron os feirantes. Tradicionalmente celebrada os xoves, foi este o día no que as casas de comidas e as

tabernas se ateigaban. E segue a ser hoxe o xoves o día no que moitos destes locais continúan a servir algúns dos pratos máis composteláns, como o xarrete (ten sona o do restaurante Vilas) ou os callos (son célebres os de Casa Domínguez, en Sar, ou os de Paredes, na rúa Carretas).

É tamén nese período de esplendor das feiras e mercados no que chegarán a Galiza outros dos elementos que son xa hoxe parte indisolúbel da súa tradición gastronómica. Cos feirantes e arrieiros chegados de Zamora e A Maragatería (León) introdúcese o uso do pemento e de peixes secos. De aí nace o polbo á feira, por exemplo, como moitas das receitas tradicionais de bacallau ou sinais da nosa identidade culinaria tan relevantes como a allada.

A mediados do século XIX o mercado é trasladado á súa situación actual, no terreo da antiga finca urbana dos Condes de Altamira. Despois de diversas reformas estruturais que tiveron lugar ata a primeira metade do século XX o Mercado de Abastos compostelá converteuse nun dos sinais de identidade da cidade e na actualidade continúa a ser un dos mercados máis activos de Galiza. Unha visita obrigada para quen estea de paso na cidade, especialmente o xoves e o sábado que, de acordo coa tradición, segue a ser o seu día grande.

O século XX foi unha etapa de cambio permanente. A introdución de novas tecnoloxías en sectores como a agricultura, a pesca, o transporte ou a conservación fixeron posible

o aumento da oferta e da calidade dos produtos. Nas últimas décadas estamos a sufrir unha homoxeneización da oferta froito da globalización dos mercados. No lado positivo deste fenómeno está a aparición na oferta da cidade de produtos hai ben pouco impensábeis. Hoxe é posible facerse cun bo fígado de oca francés fresco, especias do sueste asiático ou os mellores viños australianos ou de Sudáfrica pero, afortunadamente, esta mundialización do mercado non foi quen de acabar coas peculiaridades da tradición santiaguesa, polo que aínda podemos atopar bo pan de forno de leña, as mellores empanadas, queixos das comarcas veciñas e seguir gozando os xoves dos callos servidos nas casas de comidas.

Estes últimos anos foron tamén os da eclosión gastronómica da cidade. Os cambios vividos pola mesma nas tres últimas décadas (crecemento demográfico, crecemento da Universidade, a creación da Xunta de Galicia, a mellora das infraestruturas) condicionaron, sen dúbida, a aparición dunha nova xeración de cociñeiros e restaurantes que, por vez primeira, situaron a Galiza, enomeadamente a Compostela, no panorama gastronómico internacional. A pioneira desta tendencia, Toñi Vicente, ten o seu restaurante no centro da cidade e xunto a el xurdiron, máis recentemente, outras referencias especialmente interesantes en canto á cociña de vangarda como Casa Marcelo ou El Mercadito, que conviven sen conflito con algúns dos nomes clásicos da cociña compostelá como Vilas, Asesino, Fornos ou Camilo. A apertura en 1995 do Centro Superior de Hostalaría de Galiza, vinculado á Xunta de Galicia e á Universidade de Santiago de Compostela, foi un dos elementos fundamentais para que na actualidade Compostela sexa un dos motores da creatividade e da innovación

gastronómica en Galiza. A capacidade de combinar ese espírito innovador cunha tradición de séculos, sen que entren en conflito, fai de Santiago un destino ideal para quen queira afondar na tradición gastronómica galega sen renunciar ás achegas máis recentes.









o menú de compostela

a dieta atlántica

A dieta atlántica é defendida e recomendada polos mellores nutricionistas do mundo como unha sa forma de alimentación. Ao alto consumo de peixe fresco e ao emprego de materias primas recollidas da horta, criadas con esmero nas granxas ou sacadas do mar, súmanse técnicas sinxelas de cocción, como o vapor ou a grella, que garanten non só a autenticidade do sabor, senón tamén a conservación de todos os seus nutrientes.

Ao peixe, que en Galicia se consume con particular abundancia, atribúense os baixos niveis de colesterol detectados na súa poboación, así como a menor incidencia de enfermidades cardiovasculares. Se os ácidos Omega 3 presentes no peixe teñen recoñecidas propiedades antiinflamatorias e anticoagulantes, os viños, froitas e verduras engaden os seus efectos antioxidantes. O conxunto perfílase, segundo recentes estudos, como un poderoso aliado contra algúns fenómenos dexenerativos.

A tenreira representa, xunto co peixe, unha fonte de proteínas de excelente calidade, o mesmo que as aves de curral e os lácteos. E iso, sobre todo, en pratos para todos os gustos, que se pasean por un saber de séculos e chegan, apetecíbeis e renovados, ás mesas compostelás.

a empanada

A empanada é probablemente a meirande achega da cociña tradicional galega ao mundo da gastronomía, non porque sexa orixinal ou exclusiva de Galiza, que non o é, senón polo nivel de calidade e variedade que acada este prato ao longo do país. Galiza empana calquera cousa comestible, adoitase dicir sen chisco de esaxeración. Peixes, carnes, verduras, conservas, froitas, algas... todo serve para recheo dunha empanada en Galiza.

O prato, xa o dixemos, non é exclusivo de Galiza, xa que con máis ou menos variacións se prepara noutros lugares de España e de Europa. En tódolos casos son lembranzas dunha cociña medieval en cuxos recetarios atopamos sempre este prato, sexa cal sexa a súa procedencia xeográfica. Pero en ningunha parte o prato perdurou con tanta forza e variedade como en Galiza, que tamén na Idade Media foi consumidora de empanadas. Unha das iconas máis representativas desta especialidade atópase no Pazo de Xelmírez, anexo á catedral compostelá, onde se representa a un comensal que está a piques de dar boa conta dunha empanada, que a fecunda imaxinación de Álvaro Cunqueiro quixo ver reenchida de lamprea, por moito que a representación pétreo non permita facer cábalas sobre o contido da mesma. De esa época (século XII) é o Pórtico da Gloria da catedral compostelá, onde tamén aparece representada a empanada.





• 021
023
025
027
029
031
033
035
037
039

Pero non todas as empanadas son iguais hoxe en Galiza. Aparte dos distintos costumes locais arredor da confección deste prato, podemos dividir o mundo das empanadas en dous grandes grupos, en función do tipo de masa con que se elabora. Teremos así as empanadas feitas con pan de trigo, comúns en toda Galiza, e as elaboradas con pan de millo, máis habituais nalgunhas zonas costeiras da provincia de Pontevedra e sur da Coruña. Noia podería ser a capital da empanada de millo.

A de millo é por regra xeral, case poderíamos asegurar que en exclusiva, unha empanada de peixe, predominando as de sardiñas ou berberechos, así como a que se prepara coa mestura dunhas e outros. No Barbanza, nos concellos de Rianxo e Boiro, cocíñase un tipo moi especial de empanada de berberechos, na que os moluscos entran na masa dentro da súa propia cuncha, de maneira que se abren no forno e mollan a masa con tódolos seus zumes naturais. É preciso, claro está, unha exhaustiva labor previa de limpeza dos berberechos ata conseguir que cheguen á empanada sen nada de area.

Mentres a de millo é unha empanada que se elabora en zonas restrinxidas do país, a de faría de trigo é común a toda Galiza. En calquera parte do país atopará o viaxeiro unha empanada preparada á maneira propia da zona, que pode pedir unha masa máis fina ou máis gorda, masa de pan a secas ou masa gramada (amasada por segunda vez) co aceite do recheo, que en Galiza recibe case tantos nomes como comarcas hai no país: mexunxe, zaragallada, amoado, guiso, molo, rustrido, sofrito... e ata 20 denominacións diferentes recollidas por Fina Casalderrey e Mariano García en “O Libro da Empanada”.

Como dixemos, calquera cousa comestible empánase en Galiza, así que con masa de trigo podemos atopar empanadas de peixes (sardiñas, congro, bacallau, lamprea...), de mariscos (cigalas, polbo, luras, longueiróns,

zamburiñas, vieiras...), de conservas (atún, xoubas de lata...), de vexetais (cogomelos, grelos...), de embutidos (forquellas, chourizo, androlla...), de carnes (raxo, polo, coello, costela, touciño...), así como empanadas doces, propias para a sobremesa ou a merenda (roxóns, mazás...). Malia a enorme variedade de empanadas que se elaboran en Galiza, nos bares e restaurantes atoparemos fundamentalmente as de atún ou de bacallau (normalmente con pasas) entre as de peixe, e de raxo ou zorza entre as de carnes. En Santiago ten unha especial sona, certamente merecida, a empanada de congro da taberna O Gato Negro. As empanadas doces (fundamentalmente de mazás ou de roxóns) son máis propias de panadarías e pastelarias.

Prato, pan e compango

A empanada é ao mesmo tempo pan e compango, pero tamén cumpre o rol do prato cando se trata de ir de merenda ao campo, de comer na praia ou cando servía de comida nos traballos desenvolvidos no campo, como segas, mallas e similares.

En esencia unha empanada consiste en dúas capas de masa que encerran o recheo da mesma, que se coce no forno e se consume quente ou fría, segundo o tipo de empanada de que se trate e das circunstancias en que se consume. No caso das empanadas de millo, e dada a pouca plasticidade deste tipo de masa, é común que se compoña por partes: no canto de dunha capa inferior de masa e outra superior que tapa o recheo, o normal é que a empanada de millo se forme con pequenos anacos de masa na que vai integrado o recheo. Ofrecen

así o aspecto de estar realizadas con “retales” e poden semellar máis unha torta que unha empanada.

No campo a empanada sempre se comeu coas mans, coma se dun bocadillo se tratara, así que non se estrañe se nalgún restaurante atopa a quen segue a consumir así este prato galego, que habitualmente se serve como primeiro prato.

mariscos

Galiza é un país de mariscos. Así o queren as xentes do país, que aman os seus mariscos por derriba de todas as cousas, e os que veñen de fóra, que buscan aquí calidade, abundancia e baixos prezos e atoparán sen problema os dous primeiros obxectos da súa busca, pero deberán vixiar moi de preto os prezos que pagan.

Cando un produto exquisito é escaso e a demanda moi alta sempre sucede o mesmo: os prezos medran, ás veces ata cifras insospeitadas. E o mundo do marisco non pode ser alleo a esta tendencia universal.

En Galiza o viaxeiro atopará dous tipos ben diferenciados de marisco: o bo e o insuperable. Bo é o marisco que cada día chega á nosa terra procedente de Bretaña, Irlanda ou Escocia, países todos irmáns de Galiza, como irmáns dos nosos son os tesouros dos seus mares.

Pero se desexa atopar as verdadeiras esencias do mar, debe o viaxeiro buscar o marisco galego, nacido, criado e capturado nas nosas rías, nuns casos, ou nos nosos mares exteriores noutros. Todos os expertos na materia recoñecen que non hai no mundo marisco coma o galego. Non resulta fácil para o non experto distinguir entre o marisco galego e o de importación, pero hai unha regra que resulta infalible: o

bo marisco nunca é barato. Dito doutra maneira; o marisco barato sempre será de importación. Bo pero non excelso.

Agora ben, sendo Galiza un país privilexiado en froitos do mar, non atopará aquí gambas, por poñer un exemplo, que son unha especie propia do Mediterráneo e que o noso país non produce. En Galiza pode vostede degustar as mellores langostas, lumbrigantes, camaróns, cigalas, centolas, nécoras, percebes, bois e santiaguíños, que compoñen a nómina principal dos crustáceos. Entre os moluscos destacan as ostras, ameixas, berberechos, mexillóns, longueiróns e navallas, vieiras, zamburiñas, cadeluchas, xunto con un sinfín de especies de menor importancia. Ademais atoparemos ourizos, que dun tempo a esta parte están a cobrar importancia no país, tanto polo consumo en fresco como en conserva.

A maneira tradicional de cocer o marisco é sempre a máis sinxela. Polo xeral trátase dunha simple cocción en auga con sal para os crustáceos, inda que langostas, lumbrigantes e cigalas tamén se poñen na prancha e, no caso dos dous primeiros, elabóranse salpicóns (o marisco cocido e picado, con cebola, perexil, se cadra algo de pemento vermello, e unha vinagreta elaborada con aceite de oliva, vinagre e xema de ovo). Os percebes sempre cocidos e ben quentes, levados directamente da pota á mesa.

As ameixas preséntanse á mariñeira, ou crúas o mesmo que as ostras. Longueiróns e navallas son apropiados para a prancha, o mesmo que as zamburiñas, que tamén poden ir ao forno como as vieiras.





021
023
• 025
027
029
031
033
035
037
039



Se desexa gozar plenamente da calidade dos mariscos galegos busque sempre un lugar onde os cocíñen no momento en que vostede os vai consumir e rexeite sempre aqueles que xa están preparados de antemán.

Os novos cocíñeiros galegos, fieis aos sabores de sempre pero ávidos de atopar novas presentacións, ofrecen novidosas maneiras de tratar os mariscos, buscando conservar todas as súas características pero realizando combinacións con outros alimentos, algunhas certamente sorprendentes pero non por iso menos exitosas.

Un vello dito galego asegura que o marisco so está en comida nos meses que teñen “r”, que son os que van de setembro a abril. De facer caso a esta máxima, o verán é mal momento para comer marisco de calidade, e algo de razón non lle falta ao dito, inda que non acerte plenamente.

As vedas son un bo indicativo do marisco que podemos comer en cada momento. No verán están en veda as ameixas fina e babosa, o berberecho, o boi, a centola e o ourizo. Pero ese mesmo tempo é período hábil para a captura de langosta e lumbrigante (xullo e agosto), nécora (de xullo a decembro) e mariscos coma o percebe e o camarón que non teñen veda. O caso máis restrictivo é o do santiaguíño, que so se pode capturar no mes de xullo. Estas datas de vedas e períodos hábiles de captura son orientativas, xa que poden variar duns anos a outros e segundo as zonas de captura.

o polbo

“O galego é moi pulpeiro”. Son palabras do mestre do xornalismo gastronómico galego e español Álvaro Cunqueiro no seu libro “A cocíña galega”, publicado na década dos setenta do século XX.

Non estaba errado Cunqueiro, que en Galiza calquera celebración popular que se prece vai ter entre os seus pratos o polbo, cocíñado “á feira”, que é o estilo propio das terras do interior, ou “guisado”, como se cocíña tradicionalmente na zona costeira.

O polbo á feira nace, seguramente, no interior de Galiza moi vinculado ás feiras de gando e aos arrieiros que traían a Galiza o pemento doce e picante, un dos elementos fundamentais da preparación que nunca se produciu en Galiza. Fundamental tamén é o aceite de oliva, que nun tempo foi relativamente abundante nalgunhas zonas interiores do país (sur de Lugo, parte de Ourense) precisamente onde o polbo á feira toma carta de natureza e nas que hoxe tenta recuperar a súa antiga, e xeralmente descoñecida, importancia.

Hoxe son as pulpeiras do Carballiño, en realidade da parroquia de Arcos deste concello ourensá, as que levan por Galiza adiante a fama de cocíñar o mellor polbo, pero houbo un tempo en que Cacabelos, no veciño Bierzo (León) quixo discutir esa supremacía.

O Carballiño celebra cada ano a súa Festa do Pulpo, nacida na década dos sesenta do século pasado, pero seguramente a máis grande das homenaxes galegas a este prato nacional son as festas do San

Froilán, en Lugo, nas que é obrigado comer o polbo nas casetas instaladas ao efecto no parque da cidade, casetas que despachan polbo á feira ao longo de todo o mes de outubro, aproximándose ao medio millón de racións servidas nese tempo que, a 200 gramos por prato, supoñen máis de 90.000 quilos de polbo cada ano.

Agora o polbo á feira prepárase co cefalópodo fresco (antes conxéllase para evitar ter que darlle a malleira obrigada cando non había conxeladores, tratamento imprescindible para que a súa carne abrande), pero ata ben entrado o século XX o polbo que chegaba ao interior de Galiza, e ao resto de España, era curado ao ar e ao sol, tal e como aínda se segue a facer co congro en Muxía. Era esa a única maneira de conservación para un produto moi sensible e perecedoiro.

Nas zonas do litoral de Galiza, onde se dispoñía de polbo fresco, a maneira máis común de cocíñalo era guisado con patacas e, se cadra, algunhas hortalizas tales como pementos, cebolas ou chícharos. Na costa de Galiza séguese a guisar o polbo, con receitas exquisitas, tales coma o polbo “á mugardeza”, propio da localidade de Mugar dos, na ría de Ferrol, ou os das illas de Ons e de Arousa, pero foi o polbo á feira o que se impuxo en todo o país, e hoxe tanto se atopa no interior como na costa.

Santiago de Compostela, cunha feira de gando das máis importantes de España, que se celebra tódolos mércores do ano, non podía ser allea ao polbo á feira. Nun tempo pasado as feiras celebrábanse na carballeira de Santa Susana, onde as pulpeiras seguen situándose con motivo das dúas grandes festas da cidade: a Ascensión e as festas do Apóstolo. Hai xa moitos anos que o gando desapareceu da carballeira, desprazado primeiro cara a Salgueiriños e posteriormente

a Amio, onde na actualidade se celebra a feira semanal. Coa feira marcharon as pulpeiras, que cada mércores ofrecen a súa mercancía a gandeiros e tratantes... e a os moitos composteláns que se achegan a picar unhas talladas.

Non existe en Compostela o costume ourensán das pulpeiras que na fin de semana plantan o seu caldeiro de cobre en calquera esquina vendendo o polbo para consumir no bar máis próximo ou no propio domicilio, inda que pola parte de Vidán si se pode atopar unha destas pulpeiras que sábados e domingos vende o polbo na rúa.

En Santiago pódense atopar boas pulperías tradicionais en Concheiros ou en Vista Alegre e poderá probar o polbo guisado nalgúns restaurantes de corte tradicional coma o Vilas ou Paz Nogueira. Tamén son populares as empanadas de polbo e o polbo con arroz.

Polbo, sal, aceite e pemento

Nas feiras, as pulpeiras empregan grandes caldeiros de cobre para cocer o polbo. Tradicional era facer o lume con leña de carballo, pero cada vez é máis común o emprego de queimadores de gas butano ou propano, menos problemáticos que a leña. Na auga fervendo a pulpeira escalda cada polbo dúas ou tres veces para finalmente deixalo dentro da auga. Moitos son os mitos que se contan arredor deste costume, case un rito, que responde a un único obxectivo: conservar intacta a pel e ventosas do animal, que sen este tratamento corren o risco de desprenderse por completo.

Sobre o tempo de cocción son tamén moitas as fantasías que andan polo mundo. A máis común de todas é a recomendación de botar na pota unha pataca, asegurando que o polbo estará cocido cando o estea o tubérculo. Ninguén vería xamais a unha pulpeira poñer a pataca no caldeiro xa que ¿coce no mesmo tempo un polbo de quilo e medio que outro de tres cuartos?, e ¿todas as variedades de pataca cocen ao mesmo tempo, ou tarda o mesmo en cocer unha pataca pequena que outra grande?.

O polbo debe quedar “recio” como dicimos os galegos ou, como diría un italiano “al dente”. Córtase con tesoiras en toros dun dedo de gordo e de seguido sazónase con sal gorda, pemento (doce, picante ou mestura de ambos, ao gusto de cadaquén) e régase xenerosamente cun bo aceite de oliva. Sérvese sempre quente e acompañado cun bo pan que mollaremos no prebe. Cóllese o polbo cun palillo e acompáñase cun bo tinto galego, xa que unha vella crenza do país asegura que o polbo e a auga non fan boas migas no bandullo.

Un popular molusco

O polbo (*Octopus vulgaris*) é un marisco do tipo dos moluscos (como as ameixas, as ostras ou os berberechos) e da clase dos cefalópodos, na que se encadra xunto coas luras ou os chocos, por exemplo.

En Galiza coñécese como polbo ou pulpo, forma esta última que é a máis común no resto de España, onde tamén recibe os nomes de “olagarro” (Euskadi), “pop” (Levante, Cataluña e Baleares). Tamén se coñece como “octopus” (Gran Bretaña), “poulpe” (Francia), “polvo” (Portugal), “polpo” (Italia) e “grewöhnlicher krake” (Alemaña).

O corpo do polbo ten forma de globo, con oito brazos cunha dobre fila de ventosas cada un. O peso mínimo dos polbos capturados en Galiza ten que ser dun quilo, pero este animal pode chegar aos catorce quilos de peso, inda que o máis común no mercado son os polbos de entre un e cinco quilos.

Xenericamente o polbo pódese pescar en Galiza durante todo o ano, inda que por acordo entre a Consellaría de Pesca e o sector cefalopodeiro fanse paros biolóxicos, xeralmente nos meses de maio e xuño.

O polbo galego comercialízase en fresco, pero tamén é posible atopar en Galiza polbo procedente do banco canario-sahariano, fundamentalmente conxelado.

A principal arte de pesca empregada en Galiza para a captura do polbo é a nasa, unha especie de caixa de rede que se deposita nos fondos onde vive o animal que, atraído polo cebo, pode entrar na nasa pero é incapaz de saír. O polbo aliméntase de crustáceos, moluscos e pequenos peixes, sendo crenza común entre os galegos que é moi afeccionado ás nécoras, polo que se asegura que se o polbo abunda escaseará este marisco.

peixes

O peixe non pode faltar na gastronomía galega, un dos países do mundo que máis pesca e maior variedade de peixes emprega na súa cocíña, especialmente cando falamos de cocíña tradicional e popular.

O viaxeiro comprobará facilmente nos escaparates dos restaurantes máis





021
023
025
027
029
• 031
033
035
037
039





021
023
025
027
029
031
• 033
035
037
039

céntricos de Compostela a ampla oferta de produtos do mar que os mesmos poñen ao seu alcance. Non so mariscos e polbo, ou lamprea na súa temporada, dos que falamos nos seus correspondentes apartados, senón pescada, sargo, rodaballo, raia, congro, rape, mero, palometa, salmonetes, sardiñas e xoubas, por veces os multicolores pintos e maragotas... cada escaparate compostelán é un auténtico océano.

Galiza conta cunha longa tradición de pesca por todos os mares do mundo e a flota máis grande de España, polo que non debe estrañarse de atopar especies procedentes de mares afastados ao pé doutras que proceden das rías máis próximas a Compostela. Todos eles están perfectamente integrados nos costumes culinarios galegos.

As dúas receitas tradicionais para o peixe máis arraigadas nos restaurantes galegos son moi parecidas entre si. Se lle ofrecen caldeirada saiba que vai comer peixe (de un ou máis tipos) cocido en compañía de patacas, cebola, pementos, aceite e pemento doce. Cando lle ofrezan un peixe “á galega” comerá ese peixe cocido, en compañía de patacas cocidas aparte, se cadra uns chícharos e todo mollado cunha allada, o prebe nacional galego, que consiste nun bo aceite no que se friten uns allos e despois se agrega pemento doce. A caldeirada é prato de culler mentres os peixes “á galega” se presentan na mesa sen caldo.

Tamén poderá gozar en Compostela de espléndidos peixes asados na grella, postos en empanada, asados no forno e outras moitas preparacións.

Falamos, claro está, de peixes de mar, que son os que dominan por completo a gastronomía galega, inda que no país tamén se consuman exquisitas troitas, salmóns

salvaxes, reos e anguías procedentes dos ríos galegos. Claro que troitas e salmón salvaxe non os atopará nos restaurantes galegos, xa que a súa comercialización está prohibida na comunidade autónoma, de maneira que o que queira troitas que molle as bragas, como di o refrán. Se cadra, pódese atopar algún salmón salvaxe procedente de fóra da comunidade, pero non é común, como tampouco son habituais en Compostela os reos nin as anguías. Do río proceden as lampreas, que en temporada teñen unha ampla presenza nos restaurantes composteláns e das que falamos noutro lugar, e as angulas do Miño, exquisitas pero con prezos altísimos mesmo a pé de río. A angula, como a lamprea, é peixe de temporada e só se atopa no mercado nos meses do inverno.

a lamprea

Di o escritor galego Alfredo Conde que o principal labor do cuco é avisar á lamprea para que non falte á súa cita o próximo ano, xa que segundo a tradición galega, a lamprea “cucada” xa non ten valor gastronómico algún, e “cucadas” son todas aquelas lampreas que se capturan despois de que se escoite en Galiza o canto do cuco. Outro dito popular, coincidente con este, di que a lamprea “en marzo para o amo e en abril para o criado”, unha forma ancestral de indicar que estamos ante un peixe claramente estacional.

Galiza é hoxe o paraíso dos amantes da lamprea, condición que obrigadamente comparte co norte

da veciña Portugal, onde este peixe antediluviano tamén goza de importante aprecio. Fóra desta zona cómese algo de lamprea nas beiras do río Garona (Francia), onde se pesca, e de onde se presume chegou a receita da “lamprea á bordelesa”, cocinado o peixe co seu propio sangue, viño, especias e hortalizas, que é unha das maneiras máis populares de servila en Galiza. Tamén se come lamprea en Madrid ou en Barcelona, é dicir, alí onde a levaron os restauradores galegos.

A tempada da lamprea comeza co ano. O río Ulla, no límite entre as provincias da Coruña e Pontevedra, é o primeiro onde se autoriza a captura, a finais da primeira semana de xaneiro. Na segunda quincena do mes comezará a pesca nos ríos do sur, fundamentalmente no Miño e no Tea. A finais de abril remata a temporada de pesca, polo que os afeccionados despídense da mesma ata o ano seguinte, excepto nalgúns zonas do sur de Pontevedra, fundamentalmente Arbo, onde se seca a lamprea para consumila no verán como friame, reenchida de ovos cocidos e xamón, ou para cocifala con verduras do tempo. O costume ven de lonxe, que xa no século XVII Francisco Martínez Montiño, “cocinero mayor del rey nuestro Señor”, inclúe no seu libro “Arte de Cocina, pastelería, vizcochería y conservería” a receita da “lamprea en cecina”, é dicir seca e curada, que debe remollarse e despois guisarse cun prebe feito de cebola frita, sazónada con especias, vinagre e viño tinto e ligado con fariña. No século XVIII escribiu o ilustrado Xosé Cornide Saavedra que cando había abundancia de lamprea estas secábanse coma o congro “y así se conservan bastante tiempo, sirviéndolas cocidas con verduras, y aderezadas con aceyte y vinagre”.

Se a presenza da lamprea está restrinxida a uns meses no ano tamén o está a unha parte do territorio de Galiza. Miño e Ulla son os dous grandes subministradores de lampreas de Galiza e nas súas ribeiras están os grandes centros de consumo deste peixe, posiblemente o animal vertebrado máis antigo de cantos hoxe existen no mundo.

O consumo tradicional de lamprea circunscribe á zona de influencia de ambos ríos no seu curso máis próximo ao mar, que é onde se pesca. Desta maneira, Arbo e As Neves son as grandes capitais da lamprea no sur da provincia de Pontevedra, mentres que no norte da mesma ese privilexio corresponde a Valga e Pontecesures, e na ribeira norte do Ulla, xa na provincia da Coruña, son Padrón, Rois e Compostela os principais centros de consumo de lamprea.

Nas provincias de Lugo e Ourense, no interior da de Pontevedra e no norte de A Coruña o consumo deste peixe é inmensamente menor e nalgúns casos ata descoñecido.

Guisada, seca, en empanada

Hai unha maneira de cocifar a lamprea común a tódalas zonas de Galiza, que xa mencionamos: co sangue do propio animal, viño e hortalizas, ben especiada, algo que tamén é común no norte de Portugal. Sérvese esta lamprea “á bordelesa” acompañada de arroz branco, tal vez de influencia portuguesa, e triángulos de pan frito.

Á marxe desta receita común cada zona ten as súas propias especialidades. Xa falamos da lamprea seca da zona

de Arbo, que non se repite no resto do país, mentres que nas ribeiras do Ulla son propias as empanadas e timbais deste peixe. En tempos tiveron sona os de Caldas de Reis e hoxe son especialmente coñecidos os de Chef Rivera, en Padrón, restaurante que todos os anos ofrece un menú elaborado exclusivamente con lamprea, engadindo cada ano novos pratos á súa carta.

Compostela ten tamén a súa particularidade propia no mundo da lamprea. Tanto na zona do Miño como na do Ulla o costume nos restaurantes é servir lampreas enteiras, o que significa poñer derriba da mesa entre tres e cinco racións cando o animal é de bo tamaño. Os restaurantes de Compostela, pola contra, acostuman a servir racións individuais, o que permite degustar a lamprea sen precisar para elo do concurso doutros comensais afeccionados a este peixe.

O peixe primitivo

Semella que xa os romanos eran grandes afeccionados á lamprea, que en Galiza ten moitos e grandes partidarios o mesmo que outros a rexeitan de plano, ben por non gustar do seu sabor ou textura, ben por rexeitar por principio comer un animal serpentiforme e que ademais se guisa no seu sangue.

Alamprea (*Petromyzon marinus*) é seguramente o máis primitivo de todos os peixes que se consumen no mundo, remontándose a súa aparición nas augas do noso planeta a uns 500 millóns de anos atrás, segundo os expertos.

Inda que o nome máis común e xeralmente empregado é o de lamprea, en Galiza tamén se coñece como “lampreia”, “chupona”, “chupona de mar” e “sete buracos”, nomes que se refiren ao costume de vivir pegada a outros peixes ou ás pedras, así como aos sete buratos que a mesma ten a cada lado da cabeza e que lle serven para respirar. En Portugal recibe o

nome de “lampreia” e en Francia “lamproie”.

O seu corpo é angüiliforme, de cor negro azulado pola parte superior. A cor crema do ventre salpica os laterais e parte do lombo do animal, que se destaca por dispoñer de sete buratos a cada lado da cabeza, ollos moi pequenos e unha gran boca en forma de embude ou ventosa, con varias filas concéntricas de dentes.

A lamprea nace no río, no que vive ata os catro ou cinco anos de idade, momento en que se traslada ao mar, cunha lonxitude de arredor de 20 centímetros. No mar vive a profundidades de entre 200 e 500 metros ata o momento en que acada a madureza sexual e regresa ao río, cun tamaño de ata un metro de longo e un peso que pode superar o quilo.

Péscanse as lampreas cando remontan os ríos por medio de nasas que se colocan en lugares estratéxicos de paso dos animais. No Miño as nasas colócanse nas “pesqueiras”, construcións de pedra dentro do río que conducen ás lampreas ata a trampa. Algunhas pesqueiras teñen unha gran antigüidade o que as converte en obxecto dunha rota turística no concello de Arbo (Pontevedra).

pementos de padrón

A escasos 20 quilómetros de Compostela atópase a vila de Padrón, lugar ao que segundo a tradición arribou a barca que trouxo a Galiza os restos do Apóstolo Santiago e onde se conserva o Pedrón ao que a mesma foi amarrada. Terra natal do nobel Camilo José Cela e residencia da poetisa Rosalía de Castro, Padrón é máis coñecido en toda España polos seus famosos pementos, que segundo o dito “uns pican e outros non”. Saiba o viaxeiro que en realidade os pementos son de Herbón, parroquia do concello padronés na que se concentra a produción.

Nun futuro próximo estes pementos quedarán protexidos pola denominación de orixe Pemento de Herbón, que na actualidade se atopa en tramitación e coa que se agarda acabar coa fraude existente no sector. O pemento de Padrón-Herbón é un produto de temporada, que vai de xuño a setembro. Con sorte nos derradeiros días de maio pódense atopar os primeiros pementos no propio Padrón, inda que a prezos moi elevados. No mes de outubro tamén se poden atopar os últimos da temporada, pero no resto do ano non existe produción e os pementos que se atopan no mercado, comercializados como de Padrón, proceden en realidade de Murcia, Almería e ata de Marrocos.

Así que o viaxeiro debe saber que entre outubro e maio non vai atopar pementos de Padrón lexítimos, por moito que ata en Compostela estean presentes nos escaparates dalgúns bares e restaurantes das zonas máis turísticas.

Os pementos de Padrón consómense fritos e salgados con sal gorda, sen máis aditamento. Existe un certo debate entre

os partidarios de fritilos co seu rabo ou cortando este previamente, pero semella que a única diferenza entre uns e outros é de presentación.

Calquera froitaría ou supermercado de Compostela ten á venda pementos de Padrón durante a temporada dos mesmos, pero xunto con estes véndense tamén procedentes doutras zonas de Galiza (Cambados, Vedra, Oroso) onde se cultiva a mesma variedade que en Padrón e cuxo prezo acostuma a ser sensiblemente inferior aos procedentes de Herbón.

Pero o mellor lugar para mercar pementos de Padrón en Compostela é o Mercado de Abastos, ata onde se desprazan algunhas produtoras de Herbón con grandes cestas de pementos que envasan alí mesmo. Debe saber o viaxeiro que tradicionalmente os pementos de Padrón non se venden ao peso, senón por centos (un cento de pementos pode roldar o cuarto de quilo, dependendo do tamaño dos mesmos).

grelos

Reza un vello dito “Nabo, nabiza e grelo, trinidad do galego”. Son sen dúbida as nabizas e os grelos as máis galegas das verduras, categoría que, se cadra, comparten con repolo e coliflor.

Nabizas e grelos son verduras procedentes da mesma planta: o nabo, pero trátase de diferentes momentos da evolución da mesma.

As nabizas son as primeiras follas que produce o nabo, que nos cultivos tradicionais do país pódense comezar a





apañar xa no mes de outubro, con variacións segundo a climatoloxía de cada zona. Trátase de follas tenras cun pequeno pedúnculo que as une coa raíz da planta, a “cabeza do nabo”, parte que se destina fundamentalmente á alimentación do gando.

Tradicionalmente apáñanse unicamente as nabizas que están xa totalmente desenvolvidas e listas para o seu consumo, deixando o resto na planta.

Co paso das semanas o nabo comeza unha nova fase da súa evolución que o vai levar á floración. Aparecen entón unha especie de tallos moito máis gordos que os pedúnculos das nabizas e dos que nacen as follas. O conxunto de tallo e follas constitúen os grelos, sempre máis amargos que as nabizas. Do grelo cómense tanto as follas coma os tallos, inda que estes pódense pelar previamente e ata partilos lonxitudinalmente cando son moi gordos.

Se as nabizas se empregan fundamentalmente para a elaboración do caldo galego, os grelos teñen outros variados usos, aparte de formar tamén parte do caldo.

Un dos pratos máis coñecidos da cociña galega é o lacón con grelos: lacón cocido, chourizos, patacas e grelos cocidos no mesmo caldo en que se preparou o lacón. Os grelos poden tamén acompañar a un bo cocido galego, dos que Picadillo bautizou como “alegres”: abundancia de carnes de porco, tenreira e galiña, chourizos e un acompañamento de patacas, garavanzos ou fabas, segundo a zona, e verdura. Os grelos pódense ver desprazados no cocido galego polo repolo, outra das verduras máis propias do país.

Tamén son os grelos o ingrediente principal dunha ensalada que en Galiza se prepara dende sempre, adiantándose á moda actual das ensaladas mornas: grelos cocidos con

ovo tamén cocido e un aderezo de sal e aceite, fundamentalmente, ou o prebe máis propio dos galegos: a allada (allos fritos en aceite de oliva ao que finalmente se agrega pemento doce ou picante, segundo o gusto de cadaquén).

Máis recentemente os grelos poden formar parte do recheo dalgunhas empanadas, cocíñanse en revoltos con ovos e algún marisco (lagostinos, por exemplo) ou servir de acompañamento para algúns peixes.

Nabizas e grelos son verduras de outono e inverno, inda que o resto do ano tamén se pode botar man delas grazas á presenza no mercado de grelos galegos en lata, deshidratados e conxelados.

carnes

Ata a chegada do millo, o animal doméstico das familias campesiñas galegas era a vaca, que come alimentos non aptos para o consumo humano, mentres o porco é, no aspecto alimentario, un competidor directo do home. A chegada do cereal procedente de América cambiou radicalmente as cousas, pasando a haber porcos en todas as casas campesiñas de Galiza e quedando as vacas relegadas a animal de traballo que, ademais e de maneira residual, producían leite e carne.

Daquela situación quedou Galiza claramente dividida en dúas partes no que respecta ao consumo de carne. Tradicionalmente o rural é gran consumidor de porco e o medio urbano

de vacún. Esta división suavizouse ata case desaparecer coa chegada do frío e os conxeladores ata o último recuncho do país, converténdose nun método de conservación alternativo ao salgado e curado.

Galiza segue a consumir porco, fundamentalmente na época invernal. Trátase de carnes salgadas e curadas destinadas á elaboración de caldo galego, cocidos, lacón con grelos, cacholas e todas as variantes de consumo de carnes de porco salgadas. E arredor da carne de porco salgada, e máis en concreto sobre as súas unllas, xiran as festas do barrio compostelán de San Lázaro, onde con motivo da celebración do seu patrón se poxan parellas de unllas de porco, que acompañadas de bertóns (brotes tenros de verza), patacas e chourizos, se consumen nos bares e restaurantes da zona.

En fresco o galego segue a consumir moita carne de vacún, converténdose Galiza nunha das comunidades autónomas que máis carne deste tipo come. Nos meses de verán tamén é moi alto o consumo de costela de porco fresca, fundamentalmente asada na grella en forma de churrasco.

O churrasco non falta hoxe en ningún recuncho de Galiza, inda que sexa un costume importado de Arxentina e Uruguai polos emigrantes galegos retornados na metade do século pasado. O churrasco galego responde, en realidade, ao que nos seus países de orixe é “asado de tira” e pódese atopar tanto de costela de porco como de tenreira, sempre acompañado por chourizos “criollos” (chourizos frescos, ben especiados, brancos por non levar pemento, tamén de orixe americano) e “chimichurri”, prebe orixinalmente arxentino.

No referido ao vacún, Galiza conta coa principal indicación xeográfica protexida de España e das primeiras de Europa por produción e prestixio: Ternera Gallega, que comercializa carne de animais sacrificados con menos de doce meses de vida, criados en Galiza por sistemas tradicionais e preferentemente procedente de razas galegas e os seus cruces. Trátase dun tipo de carne que atoparemos en multitude de carnizarías galegas e españolas, pero de pouco uso nos restaurantes composteláns, que se inclinan máis pola carne de vaca ou boi. A carne de vaca galega acada, na grella ou á prancha, unha calidade extraordinaria, inda que coma toda carne de vaca o seu contido graxo é elevado. El Pasaje é un restaurante que ofrece garantía de satisfacción neste tipo de carnes, mentres o Mesón Gonzaba goza de merecido prestixio polos seus chuletóns.

En restaurantes e casas de comida de tipo caseiro ofrécese con frecuencia a tenreira asada, que pode constituír un prato delicioso acompañado con patacas asadas coa propia carne e pemento morrón. O asado desta tenreira realízase “en tarteira”, un método tradicional galego que ofrece uns resultados extraordinarios cando se traballa cunha boa materia prima e o asado se realiza sen présas, a lume lento.

Tamén é moi propia de casas de comidas, feiras e festas a carne ao caldeiro, consistente en faldra de tenreira cocida que se acompaña de patacas tamén cocidas, todo aderezado cun po de pemento e un bo aceite de oliva. A carne ao caldeiro pode completarse con chourizos e verdura, ambos cocidos.

A carne de porco fresca ten en Compostela dúas estrelas indubidábeis: o xamón asado e o raxo. No primeiro caso trátase de xamóns asados ao forno, enteiros, e que se serve cun prebe elaborado con aceite e especias. Este xamón asado ofrécese tanto para segundo prato como en forma de bocadillos.

No caso do raxo trátase de lombo de porco cortado en anacos e adobado, fundamentalmente con allo e, normalmente lixeiramente picante, que se frite en aceite de oliva e sérvese con patacas fritas. Camiño do aeroporto atópase a Raxaría de San Marcos, posiblemente o local que máis raxo despacha en Compostela.

Tamén se pode atopar en Compostela boa carne de ave, fundamentalmente de polos caseiros. Nos arredores da cidade gozan de merecida fama os de Vila de Cruces, do Pino ou de Arzúa, que poden aparecer identificados como “galo de curral” ou “capón de curral”. No tempo do Nadal algúns restaurantes ofrecen tamén o coñecidísimo capón de Vilalba.

O cordeiro e o cabrito tradicionalmente eran carnes reservadas para as festas, pero que hoxe se pode atopar en multitude de restaurantes, tanto ao estilo galego como castelán. No primeiro caso trátase de animais de maior peso e idade, que se asa en tarteira ou ao forno con adobo e especias. A “cabra” é imprescindible nas festas patronais dalgúns barrios da cidade, destacando especialmente O Castiñeirriño, situado na saída de Santiago pola estrada de Ourense, onde o Paz Nogueira é un dos restaurantes de referencia.

queixos

O galego é moi amante dos seus queixos que, coma os franceses, consome preferentemente despois da comida, inda que no caso galego sexa a maneira de sobremesa, acompañando entón o lácteo cun doce de marmelo que casa á perfección cos queixos do país, cremosos, tenros, lixeiramente maduros, por veces algo acedos.

Os queixos galegos son, tradicionalmente, elaborados con leite de vaca, realidade á que responden as catro denominacións de orixe que existen en Galiza, inda que queixos hai máis que os que habitualmente coñece o viaxeiro, chegando incluso nos últimos tempos a elaboración de queixos de mestura de leites de vaca e búfala.

Foi o escritor Manolo Rivas quen bautizou a Galiza coma o país do millón de vacas, inda que en realidade a cabana sexa algo máis curta, o que non resulta obstáculo para que o país produza arredor dun terzo do leite de vaca español. Con tal abundancia de materia prima, non é de estrañar que aquí se asente un bo número de empresas lácteas dedicadas a envasar leite líquido, pero tamén a producir gran variedade de queixos e derivados lácteos.

O país, xa o dixemos, conta con catro denominacións de orixe, das que as máis coñecidas son a de Arzúa-Ulloa e a do Queixo de Tetilla. Ambas producen queixos tenros, lixeiramente madurados, de pasta

branda, manteigosa. Son queixos cun sabor marcadamente lácteo, moi aptos para o aperitivo e para a sobremesa e cada día máis se empregan na cociña. Arzúa-Ulloa ampara tamén un queixo con varios meses de curación, denominado “queixo da nabiza”, que procede do vello costume campesiño de curar algúns queixos no inverno para dispoñer deste alimento no verán, xa que a ausencia de frío impedía madurar os elaborados durante o estío.

Mentres o queixo de Arzúa-Ulloa ten a forma característica da meirande parte dos queixos, cilíndrica, o de Tetilla lembra un seno feminino, de onde lle ven o nome.

O queixo de San Simón da Costa, elaborado no concello de Vilalba (Lugo) é un produto claramente distinto. Cun formato semellante ao dunha bala, a súa cor exterior é dourada por mor do proceso de afumado ao que se somete, empregando para tal fin exclusivamente leña de bidueiro. Este queixo sempre súa graxa, polo que a súa pel está permanente aceitada. O seu sabor lembra claramente o do leite, pero coa sutil compañía do fume.

Tamén da provincia de Lugo é o queixo do Cebreiro, cunha característica forma de gorro de cociñeiro. É un queixo cremoso, moi apropiado para a cociña. O mesmo que no caso do San Simón, algúns queixos sométense a curación obténdose un produto diferente, pero en ambos casos, como no do queixo da nabiza de Arzúa-Ulloa, non resulta doado atopar estes queixos curados fóra da zona de produción.

Nos últimos tempos estanse a producir en Galiza queixos con leite de ovella e de cabra. No primeiro caso teñen sona

os queixos de O Rexo, elaborados na localidade ourensá de Allariz. E preto de Compostela tamén se elaboran queixos cunha mestura de leite de vaca e búfala procedente dunha explotación destes animais existente no concello de Boqueixón, próximo ao aeroporto de Lavacolla.

En Santiago de Compostela pódense atopar bos queixos das catro denominacións de orixe galegas nos postos do Mercado de Abastos e na Casa dos Queixos, situada no casco histórico. Pero tamén, especialmente no Mercado de Abastos, atoparemos queixos elaborados de maneira artesanal, case caseira, que se comercializan sen marca.

Pero hai máis. Un queixo galego pouco coñecido dada a súa escasa produción é o requexo que, ao revés que no caso do “requesón” que se elabora no resto de España, non é produto dun segundo proceso de callado do soro residual da elaboración do queixo. O requexo galego elabórase exclusivamente con leite enteiro, pasteurizado ou cru, segundo as zonas. Nuns casos cállase por medio de coallo natural e noutros por temperatura. Déixase repousar, retírase a tona e de seguido métese en saquetes de lenzo durante varias horas para eliminar o soro. Agrégase despois a tona que se retirou inicialmente e bátese para obter unha crema lixeiramente grumosa. Normalmente o requexo consómese como sobremesa, acompañado de mel ou azucre, pero tamén poden agregarse unhas pingas de viño tinto ou de coñac.

Só tres zonas de Galiza comercializan requexo, nun caso de orixe industrial e





041
043
• 045
047
049
051
053
055
057
059





041
043
045
• 047
049
051
053
055
057
059

nos outros dous de cooperativas. Destacan especialmente as cooperativas da Capela (preto de Ferrol), que elabora requeixo con leite cru, e a de As Neves, no sur da provincia de Pontevedra, xa na fronteira con Portugal, Miño polo medio.

O requeixo da Capela contén unha cantidade de soro superior ao das Neves, polo que o primeiro é un requeixo para comer “con culler” e o segundo para facelo “con garfo”. No caso do requeixo de As Neves non so se emprega como sobremesa senón tamén para acompañar friames, ensaladas, etc.

En Santiago pódese atopar requeixo da Capela unicamente no Mercado de Abastos e en Hipercor, mentres que o de As Neves está presente noutros establecementos tales como A Cesta da Saúde.

doces

O doce por antonomasia de Compostela é a Tarta de Santiago, cuxos orixes se perden no tempo, xa que a primeira referencia á mesma data do ano 1577, incluída nun texto sobre as comidas que os estudantes da Universidade daban aos profesores con motivo da súa graduación. A receita da tarta non aparecería publicada ata moitos anos despois. Por primeira vez aparece nun manuscrito inédito de 1835.

A xenuína Tarta de Compostela componse unicamente de améndoas (como mínimo o 33 por cento do peso total), azucre (mínimo 33 por cento) e ovos (mínimo 25 por cento). Tamén poderá conter reladura de limón, viño doce, augardente, coñac e outros espirituosos, así como azucre moído na cobertura. Non conterà fariña. Está é a composición cuantitativa que esixirá a futura indicación xeográfica protexida Tarta de Santiago, que se atopa en tramitación.

A tarta pode presentarse “forrada”, inda que é pouco común. Neste caso levará unha base de follado ou pasta brisa, polo que na composición estarán tamén presentes a fariña, a manteiga, o sal e o leite.

Non é excepcional que un doce popular e tradicional de Galiza estea elaborado cun produto que non se cultiva na terra: a améndoa. O certo é que non existe comarca en Galiza que non conte cun ou varios doces tradicionais elaborados con este produto: dende os amendoados de Allariz á colineta da Mariña de Lugo, pasando polas anguías de mazapán da Guarda, ou a rosca de Vilalba.

A importación de améndoas está xa documentada na baixa idade media, cando a améndoa viaxaba por vía marítima dende o Levante español ata Galiza, onde se lle daba uso medicinal ou era consumida nas sobremesas dos máis ricos, ata que no século XIX se popularizou.

Os restaurantes de tipo medio de Compostela ofrecerán sempre para sobremesa a tarta de Santiago que ademais se pode adquirir en multitude de tendas emprazadas nas zonas máis turísticas da cidade que ofrecen á porta das mesmas a proba dos seus produtos. Nas acreditadas pastelaría da cidade pódense atopar tartas de calidade artesanal, fronte ás ofrecidas masivamente por ditas tendas, de orixe industrial.

Pero non só tarta de Santiago vai atopar o viaxeiro nas confeitarias compostelás. Non hai establecemento deste tipo na cidade que non ofrezas as

típicas “trufas”, que son en realidade unha bóla de biscoito moi compacto con froitas confeitadas e recubertas de chocolate. Un bocado certamente contundente.

Famosos son tamén o “pastel ruso”, onde de novo a améndoa toma protagonismo ou o “saint honoré”. Moi demandados son os milfollas recheos de crema.

En tempada, é dicir, polo Entroido, atoparemos tamén nalgúns restaurantes as típicas filloas que tradicionalmente se consomen con azucre ou mel, pero que tamén nos ofrecerán recheas de crema, nata ou chocolate. As pastelaría da cidade, e algunhas panadarías e tendas tradicionais ofrecen tamén, polo tempo de Entroido, orellas (porcións de masa de fariña e ovos fritida na tixola).

Compostela é tamén rica en queixos, que para o galego son unha sobremesa habitual, normalmente acompañados de doce de marmelo, unha combinación que podemos atopar en múltiples restaurantes da cidade e sempre recomendable. Os queixos de Arzúa-Ulloa e de Tetilla son os máis apropiados para acompañar con marmelo e pan, compoñendo unha sobremesa moi apreciada en Galiza.

Dous conventos de monxas ofrecen doces de elaboración propia en Compostela. Trátase do convento de San Paio de Antealtares, ao pé mesmo da Catedral, e o de Belvís. No primeiro caso elaboran amendoados, tartas de Santiago, pastas e pasteis de follado. As monxas de Belvís elaboran galletas e, en tempo de Nadal, a repostaría propia da época. Un establecemento compostelán (A un Paso do Ceo) ofrece doces procedentes de conventos de toda Europa, así coma outros produtos de elaboración conventual (alimentos, roupa, perfumes...).

Típicas de Compostela son as “Pedras de Santiago” e os “Croquiños do Apóstol”, froitos secos recubertos de chocolate, que atoparemos en multitude de establecementos. É moi recomendábel o “marrón glaçe” elaborado na provincia de Ourense con castañas galegas, ou os mirabeis, pequenas ameixas orixinarias da Selva Negra alemá que se cultivan no sur da provincia de Pontevedra dende hai máis de 70 anos e que se venden en xarope ou marmelada (frescos só en tempada: xullo e agosto), e cos que se elaboran augardente e licor. O mel galego, de extraordinaria calidade, tamén merece un posto entre os doces desta terra.

Pero tal vez un dos doces máis tradicionais da cidade sexa o chocolate, antano elaborado en múltiples obradoiros e incluso nos domicilios particulares aos que se desprazaban os mestres chocolateiros. O chocolate tradicional compostelán, que se consume “á taza”, pódese atopar en múltiples comercios da cidade, dende os ultramarinos tradicionais ás máis exquisitas pastelaría.

041
043
045
047
• 049
051
053
055
057
059

viños, augardentes e licores

Nos últimos anos estamos tan afeitos a escoitar que os viños das Rías Baixas están entre os mellores brancos do mundo que acabamos por crelo e descoidamos por un tempo a atención cara o resto de viños galegos, que agora reclaman, coa forza que lles da unha calidade en alza, a súa presenza nas nosas preferencias e nas cartas dos mellores restaurantes.

Galiza é país de brancos, dalgúns dos mellores brancos do mundo sen dúbida, pero o viaxeiro atopará tamén espléndidos tintos agora que o traballo continuado dos enólogos está a permitir sacar o mellor das nosas viñas e as nosas adegas. Trátase de conservar o mellor da tradición enriquecéndoo cos últimos avances tecnolóxicos e personalizando a produción.

No mundo dos brancos é Galiza a única zona produtora de España na que posibelmente se coñeza máis a variedade de uva que se emprega na súa elaboración que a propia denominación de orixe que a ampara. Sucede de maneira destacada coa variedade albariño, coñecida no mundo enteiro, pero que é na denominación de orixe **Rías Baixas** onde expresa tódalas súas capacidades. Agora comeza tamén a tomar pulo outra variedade autóctona galega, a godello, cuxos viños están apañando nos últimos anos os mellores premios galegos, nacionais e internacionais. Como no caso anterior, xa é máis coñecida a variedade que a denominación de orixe (Valdeorras) na que é titular indiscutíbel. No mundo dos tintos sucede o mesmo coa mención e a Ribeira Sacra, variedade e denominación de orixe respectivamente. Semellante camiño parece tentar percorrer a treixadura, principal variedade dos brancos do Ribeiro.

Rías Baixas é fundamentalmente branco procedente da variedade albariño. Pero mentres no Salnés (a zona norte da denominación de orixe) predominan os monovarietais, no sur (O Rosal e O Condado), ao albariño engádense unha pequena porcentaxe doutras variedades (loureira, treixadura...) que dan como resultado viños menos acedos e máis balsámicos. Variedade para todos os gustos.

Pero Rías Baixas non so é branco. O tinto sempre estivo presente na zona desta denominación de orixe e gozou de gran sona o procedente da variedade espadeiro, á que cantou o poeta Ramón Cabanillas ("Diante dunha cunca de viño espadeiro"). A parroquia de Rubiós, no concello de As Neves, é unha verdadeira illa de tintos nun mar de brancos: toda a uva amparada alí pola D.O. é tinta, transformándoa unha adega cooperativa na mesma parroquia.

O caso contrario ao de Rías Baixas atopámolo na **Ribeira Sacra**, cuxa principal produción é o tinto, sendo a mención a principal das variedades alí cultivadas, xunto con outras autóctonas tales como brancellao, sousón e mouretán, que en compañía están dando algúns tintos memorables.

Pero na Ribeira Sacra tamén están presentes os brancos, elaborados con variedades que xa lle son coñecidas ao viaxeiro: albariño, godello, treixadura, e outras como dona blanca e torrentés. Esta é a única denominación de orixe vitivinícola existente na provincia de Lugo e compartida coa de Ourense.

Ourense é a gran provincia vinícola de Galiza. Ademais dunha parte da Ribeira Sacra, acolle as denominacións de orixe Monterrei, Ribeiro e Valdeorras. Só Rías Baixas (integrante en Pontevedra) é allea por completo a esta provincia.

Monterrei é a menos coñecida das denominacións de orixe galegas e tamén a máis pequena. Pero produce algúns dos mellores brancos de Galiza e uns tintos destacadísimos dentro do panorama vinícola da comunidade autónoma. Situada no leste da provincia, o seu clima é máis continental que oceánico, o que inflúe de forma positiva no cultivo da vide e na maduración das uvas, dando lugar a caldos singulares: son os únicos viños galegos nos que a acidez non destaca.

Valdeorras é o berce da variedade godello, felizmente recuperada nos últimos tempos e que está a dar algúns dos mellores brancos actuais de Galiza, o que se traduce en primeiros premios nas últimas edicións das Catas dos Viños de Galiza, organizadas pola Xunta de Galicia, así como importantes galardóns no resto de España e en concursos internacionais.

Tamén esta denominación de orixe produce tintos, fundamentalmente coa variedade mencía.

Finalmente Ourense conta coa denominación de orixe **Ribeiro**, a segunda entre as españolas polo grado de coñecemento dos consumidores. Como no resto de Galiza, Ribeiro produce espléndidos brancos (a variedade treixadura é a principal) pero tamén grandes tintos, que nos últimos tempos están en franca melloría e progresando no mercado.

O Ribeiro é tamén berce do único viño doce natural de Galiza: o Tostado, elaborado con uvas pasificadas de maneira natural. Ata hai poucos anos o tostado era case unha lembranza do pasado, con pequenísimas producións domésticas para consumo propio, pero algunhas adegas amosaron o seu interese neste viño e está de novo no mercado, inda que polo momento con producións reducidas e prezos altos.

Aparte das cinco denominacións de orixe citadas, Galiza conta tamén cos “**Viños da Terra**” de **Barbanza e Iria** (aprobados a comezos de 2007) e os **viños da terra de Betanzos**, tradicionais nesta zona coruñesa.

Auga e cervexa

Galiza, como país termal que é, ofrece unha ampla variedade de augas minerais que se poden atopar na mesa de calquera restaurante como un perfecto complemento dunha boa mesa.

Cabe salientar que na provincia de Ourense se embotella unha das poucas augas minerais con gas existentes no mundo que se consumen co mesmo gas co que brotan da terra, xa que a meirande parte das augas con gas que se comercializan pasan previamente por un proceso no que se lles engade o gas carbónico.

A auga mineral con gas natural galega presenta unha burbulla moi fina e unhas características que a fan comparable ás mellores do seu segmento.

041
043
045
047
049
• 051
053
055
057
059

E inda que Galiza é un país que consume máis viño per cápita que cervexa (ao contrario do que ocorre no resto de España), a única fábrica de cervexa existente na actualidade en Galiza, con máis dun século de existencia, ofrece produtos de gran calidade e moi apreciados tanto no mercado galego como en boa parte de España e os países en cuxos mercados está presente.

Augardentes

Co bagazo resultante da elaboración dos seus viños, Galiza elabora as mellores augardentes de España e as únicas do país recoñecidas pola Unión Europea a través do Consello Regulador das Denominacións Xeográficas das Augardentes e Licores Tradicionais de Galiza. Multitude de adegas galegas producen augardentes e licores co seu bagazo.

Augardente branca, de herbas e licor café son as especialidades máis comúns, pero podemos atopar outras non menos salientables coma a **augardente tostada, licor de guindas, augardente e licor de mirabel ou licor de coandro**.

A augardente branca é o resultado de destilar o bagazo de uva, co sabor característico deste produto e gradación por derriba dos 40°. Cando na mesma se maceran certas herbas da como resultado a augardente de herbas, que se converte en licor se ademais leva azucre. Se a augardente de herbas se engade caramelo no canto de azucre obtense a augardente tostada.

O licor café é resultado de macerar café en augardente, co engadido de azucre e, nalgúns casos, herbas e froitas. Pódese ata atopar este licor elaborado con café Blue Mountain, procedente de Xamaica e un dos máis caros do mundo. Naturalmente, o prezo deste licor café é moi superior ao normal.

Se as augardentes e licores de herbas e o licor café son propios do sur de Galiza, e fundamentalmente da provincia de Ourense, no norte, principalmente na costa de Lugo e norte da Coruña, elabóranse por maceración augardentes e licores de guindas.

Na zona pontevedresa do Rosal destílanse dende hai moi pouco tempo os mirabeis, unha variedade de ameixa procedente da Selva Negra alemá que se aclimatou perfectamente á zona. Cos mirabeis obtense unha augardente branca moi afroitada, que se comercializa como tal e tamén se emprega para a elaboración, por maceración e co engadido de azucre, do licor de mirabel.

Cabe salientar tamén o licor de coandro, elaborado na mesma zona do Rosal, pero pouco coñecido en boa parte de Galiza. Asemade, recentemente estanse a elaborar cremas a base de augardentes de bagazo, semellantes ás ben coñecidas cremas irlandesas.



041
043
045
047
049
051
• 053
055
057
059





turismo gastronómico

fórum gastronómico

O Fórum Gastronómico é desde 1999 un congreso de cociña pioneiro en Europa. Tras cinco edicións bienais en Cataluña, a partir de 2008 alterna as sedes de Xirona –anos impares- e Santiago de Compostela –anos pares-, ofrecendo a súa orixinal mestura de eventos abertos ao público, congreso profesional, feira de produtos e un amplo programa de artes escénicas e visuais para a cidade. Organizado por Pep Palau, Jaume von Arend & Associats e promovido por Turismo de Santiago e a Concellaría de Promoción Económica e Turismo.

Máis información:

www.forumsantiago.com

‘santiago de compostela, repetirás’

Entre novembro e marzo, Santiago convértese nun atractivo destino gastronómico de inverno. O programa ‘Santiago de Compostela, repetirás’ de Turismo de Santiago ofrece prezos reducidos en aloxamentos, paquetes de fin de semana con avión e unha novidosa programación gastronómica en toda a cidade. Cada mes está dedicado a un produto galego (marisco, lamprea, cogomelos, cociña do Entroido, polbo...), que protagoniza obradoiros dictados por destacados cociñeiros, menús temáticos en numerosos restaurantes e excursións para coñecer o produto no seu punto de orixe.

Máis información:

www.santiagoturismo.com/fs

semana santa: 'sabores de paixón'

Á tradicional celebración da Semana Santa, con procesións, actos relixiosos e concertos nas igrexas monumentais, Turismo de Santiago engade unha proposta gastronómica chamada 'Sabores de Paixón'. Numerosos restaurantes, cafeterías, pastelaría e panaderías ofrecen cartas especiais con recetas da gastronomía galega de temporada: orixinais menús de coresma, tapas de vixilia, rutas 'capuccinas' e copas de xeado, tartas, 'doces paixóns' e pans elaborados con motivos desta época do ano.

Máis información:

www.forumsantiago.com

mercado de abastos

O Mercado de Abastos é un lugar para mercar e para admirar, pero tamén permite degustar in situ os produtos alí adquiridos. Ademais de percorrer os postos de moluscos, peixes, carnes, queixos e verduras acabados de saír do mar e da horta, o visitante pode achegarse ao bar Churro María Punto Kente' e solicitar que, por un módico prezo, lle cocíen os produtos alí comprados, para saborear toda a súa frescura ao momento.

Rúa das Ameas, s/n. Aberto de luns a sábados, de 7 a 15 h. A hora de máis actividade é entre as 11 e as 12 h., e os mellores días os xoves e sábados.

tour gastronómico

Esta visita guiada a pé discorre por tendas de alimentación tradicionais -Rúa do Vilar, Casa dos Queixos, rúas Orfas e Caldeirería, praza de Cervantes e da Acibechería- e polo moi auténtico e popular Mercado de Abastos. Grazas ás explicacións do guía, os participantes coñecerán a fondo as claves da cultura gastronómica galega e da dieta

atlántica, os segredos dos alimentos e os métodos de cocinado máis típicos. A visita remata cunha degustación de produtos 100% galegos.

Información e reservas:

Compostur - Tourperador Oficial de Santiago de Compostela

Tel: 902 190 160.

www.forumsantiago.com

info@santiagoreservas.com

excursión gastronómica

Desde Santiago de Compostela pódense descubrir con toda comodidade algúns dos sabores e lugares máis auténticos de Galiza, en excursións en vehículos de gran confort acompañadas dun guía profesional. A excursión dun día polas Rías Baixas inclúe visitas a cultivos acuícolas tradicionais e adegas, catas e menú 'gourmet' (opcional). Mínimo 4 persoas.

Información e reservas:

Compostur - Tourperador Oficial de Santiago de Compostela.

Tel: 902 190 160.

www.forumsantiago.com

info@santiagoreservas.com



041
043
045
047
049
051
053
055
• 057
059





de tapas e racións por compostela

A tradición compostelá marca que cada consumición nos bares vaia acompañada dunha tapa, unha pequena porción de comida que normalmente o establecemento ofrece de maneira gratuíta ao cliente. O habitual era que estas tapas serviran para acompañar fundamentalmente ao viño e a cervexa, inda que dende hai un tempo tamén se ofrecen cos refrescos, auga mineral, etc., e se sirven exclusivamente en determinadas horas, coincidentes coas previas á comida e á cea.

A tradición consérvase, pero convivindo xa con locais onde a tapa é de pago, inda que nestes casos se trate de elaboracións máis sofisticadas. A tapa gratuíta, de cortesía, é servida polo camareiro despois das bebidas, mentres as de pago ten que solicitálas o cliente.

Xunto coas tapas están as racións, máis grandes que as tapas e sempre de pago, que debe pedir o cliente. Normalmente os bares e cafetarías dispoñen de cartas nas mesas e barra, ou pizarras na parede, na que se indican as racións e tapas de pago que se ofrecen e o seu prezo.

ao sur da catedral

Saíndo cara ao sur da Praza do Obradoiro entramos na Rúa do Franco, onde na idade media se asentaron os homes libres (francos) que chegaban a Compostela dende afastadas terras. Foi rúa de taberneiros e segue a selo, inda que con aires modernos. Esta rúa, e a da Raíña,

constitúen o que normalmente se coñece pola “rúa dos viños”, xa que ambas están cheas dunha sucesión de locais hostaleiros nos que o visitante pode satisfacer os seus desexos de comer os mellores manxares e beber os máis deliciosos caldos.

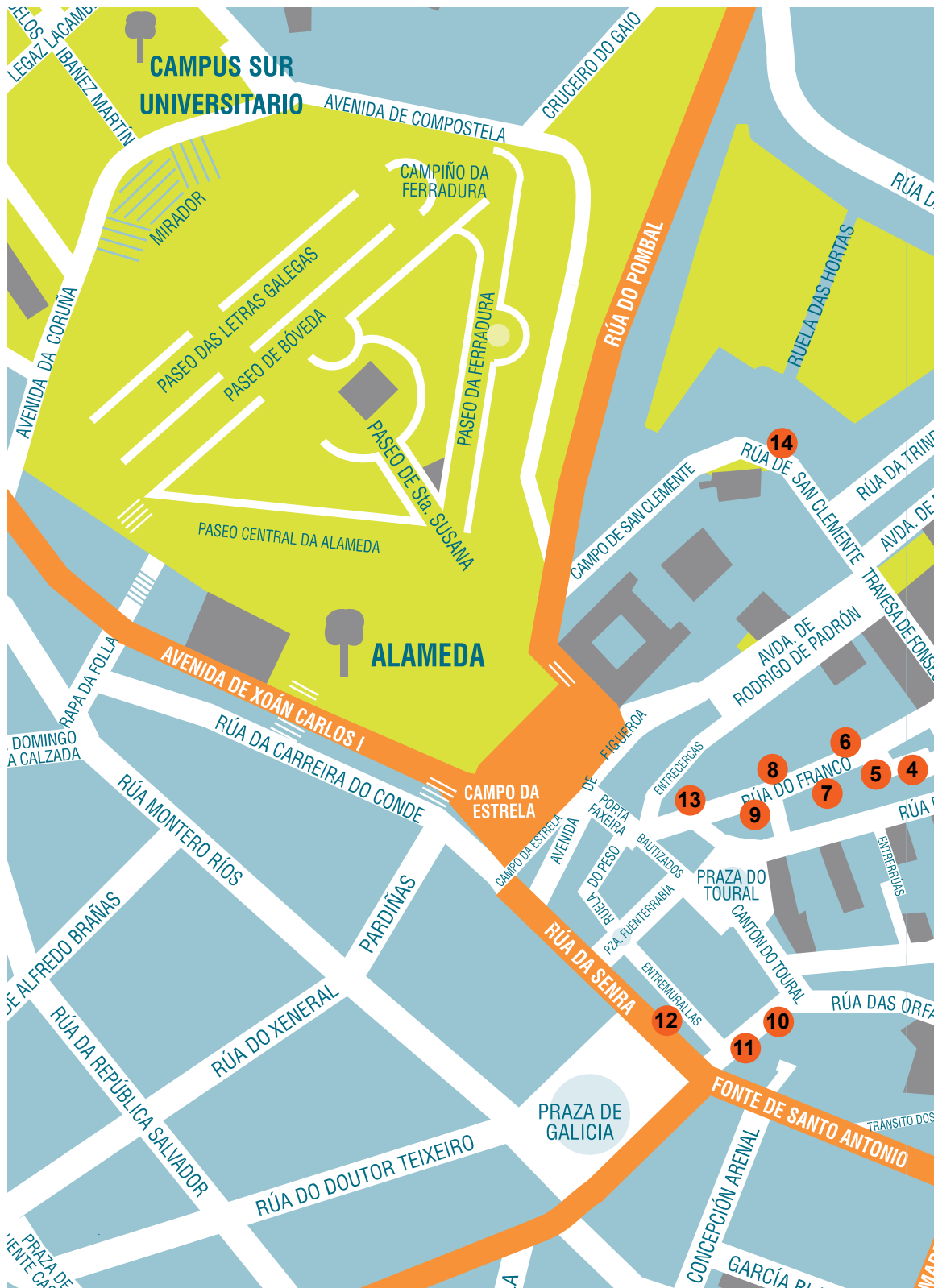
Feudo nun tempo xa pasado daqueles viños turbios e de dubidosa procedencia que tanto buscaba o viaxeiro para acabar renegando deles ao día seguinte por mor da dor de cabeza, hoxe os locais destas rúas, e doutras próximas onde tamén se come e bebe axeitadamente, ofrecen viños de calidade, amparados polas denominacións de orixe galegas e de fóra da terra, e abondosas tapas e racións.

Sae o viaxeiro das proximidades da Catedral, despois de visitar ao noso señor Santiago, con gañas de alegrar o espírito e, como non, o bandullo, e atópase de inmediato coa viñoteca **O Beiro**, un dos primeiros establecementos deste tipo que abriron en Compostela as súas portas. En O Beiro pode o visitante satisfacer a súa sede cun viño da terra, pero tamén con caldos chegados de alén as nosas fronteiras, que a oferta vinícola non por longa deixa de ser selecta. O viño pódese acompañar de queixos e chacinas, principalmente.

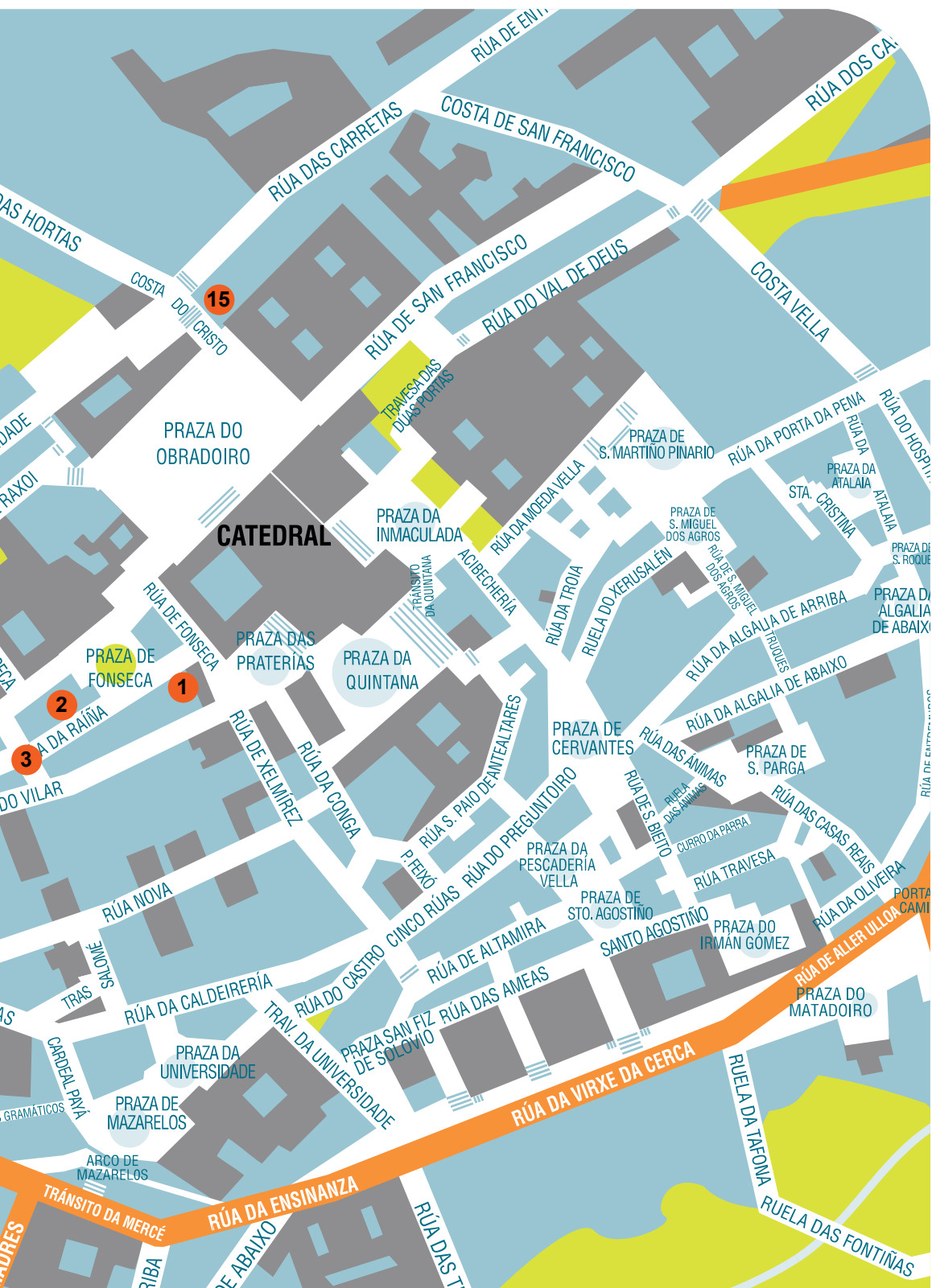
Na mesma rúa, poucos metros máis abaixo, comeza o reino dos locais máis clásicos da zona. A media rúa está **Los Caracoles**, que evoca na cabeza do viaxeiro a taberna florentina Os Tres Caracois, na que Leonardo da Vinci traballou de camareiro e onde máis tarde montaría o seu propio negocio, en compañía de Sandro Boticelli: As Tres Ras de Sandro e Leonardo.

041
043
045
047
049
051
053
055
057

• 059



1. O Beiro 2. Los Caracoles 3. Trafalgar 4. O Gato Negro 5. O Orella 6. Abellá 7. Taberna do Bispo 8. Xantares



- 061
- 063
- 065
- 067
- 069
- 071
- 073
- 075
- 077
- 079

9. Negreira "O Patata" 10. El Yunque 11. Lizarrán 12. Tapería Senra 13. El Pasaje 14. San Clemente 15. Enxebre

Na taberna compostelán a especialidade son os caracois que lle dan nome, servidos ao albariño.

Seguimos cara ao sur para recalar nun bar de nome épico: o **Trafalgar**. Épico é o traballo que pasa quen non soporta o picante para facer fronte á especialidade da casa: os “tigres rabiosos”, mexillóns en salsa de tomate picante, que serven para acompañar as bebidas se un non avisa primeiro de que non soporta o picante. Neses casos sempre haberá un anaco de empanada ou de tortilla para substituír o mexillón. Os tigres tamén se despachan por racións.

Case porta con porta co Trafalgar atópase a taberna que todo turista ou viaxeiro busca en Compostela: **O Gato Negro**. A súa fama transcende todas as fronteiras posíbeis, así que o visitante parece obrigado a non deixar a cidade sen antes pasar por esta taberna, na que aínda se serven cuncas de viño. Próbeas se o desexa, pero despois siga o seu camiño con viños de marca. No Gato Negro atopará racións diversas, entre as que sen dúbida a máis destacada é a súa empanada de congro.

Continúe sempre camiñando coa Estrela Polar ás súas costas e, nada máis saír do Gato Negro, atopará outro dos locais emblemáticos da cidade: **O Orella**. Aquí as cuncas e o viño revolto están esquecidos hai anos, pero coa súa consumición seguirán poñéndolle a tradicional tapa de orella de porco cocida que leva décadas sendo a bandeira do local. Se o desexa, pode darlle un toque de graza á súa tapa cun chisco de pemento picante, que sempre atopará sobre a barra. E se quere máis, pida unha ración... ou un bocadillo, que tamén entre pan serven a orella.

Deixamos a Raíña e chegamos ao Franco, onde nos recibe o **Abellá**, outro local clásico, cos seus tradicionais “pinchos de crocodilo”. Non, non se espanten que non é carne de saurio a que lle poñen coa súa consumición, senón de porco, acompañada cun bo prato de patacas “chips” de elaboración caseira.

Case enfronte do Abellá atópase un dos locais modernos da zona, inda que xa é un clásico en Compostela: a **Taberna do Bispo**, o primeiro bar da cidade que incorporou unha ampla oferta de tapas e pinchos, uns clásicos e outros certamente innovadores. No “Bispo” como acostuman os composteláns a abreviar o nome, atopará canapés, montados, pinchos, tostas...

E só uns pasos máis adiante atopámonos co **Xantares**, cos seus pinchos fríos e tapas de cocíña quentes, tan populares que en certos momentos non vai ser fácil atopar sitio nin preto nin lonxe da barra.

Seguimos camiño e deixamos O Franco para entrar na Rúa do Vilar onde atoparemos un bar clásico: o **Negreira**, que en Santiago case todo o mundo coñece polo seu segundo nome “**O Patata**”. O alcume ven dado polo costume da casa de poñer sempre como tapa que acompaña ás consumicións unha fermosa pataca. Pataca guisada, sen máis, pero ¡que pataca!. Paga a pena probar, pero teña coidado de non queimarse.

Achegámonos ao límite da cidade histórica pola rúa das Orfas, onde **EI**

Yunque, un dos últimos en abrir, nun local de decoración moderna e funcional onde ata hai pouco estivo unha ferraxaría do mesmo nome, ofrece tapas clásicas cun toque actual: a tortilla, reenchida; e o xamón asado, frío, en finas lascas, dacabalo dun anaco de pan.

Ao seu lado o **Lizarrán**, especializado en tapas e pinchos de tipo vasco e pertencente a unha cadea de establecementos presentes en toda España.

A poucos metros, a **Tapería Senra** é un dos locais máis concorridos da zona a calquera hora por mor das abundantes tapas que acompañan as consumicións. Xa pola mañá poñen boas tapas co café (tortilla, pequenos bocadillos de embutidos, pasteis), para seguir coa mesma tónica na hora dos viños.

Exa vai sendo hora de dar a volta e regresar cara ao norte, á zona da Catedral de onde partimos, non sen antes parar de novo na Rúa do Franco, no mesón do restaurante **El Pasaje**, onde probablemente se “tiran” as mellores cañas de cervexa de Santiago, que se poden acompañar con racións de embutidos, peixes ou mariscos.

Antes de chegar ao final podemos facer unha parada no **San Clemente**, onde lle ofrecerán unha tapa a elixir pero lle poñerán unha ou dúas máis, segundo a xenerosidade do camareiro: arroz, empanada, mexillóns, salpicón...

De volta xa na praza do Obradoiro, o **Enxebre**, no Hostal dos Reis Católicos, ofrécenos as súas racións nun local que mira cara as aforas da cidade, ao leste, onde cada serán podemos ver morrer o sol.

🕒 arredor do mercado de abastos

Ninguén dubida de que a Catedral é o monumento máis importante de Santiago de Compostela, converténdose no centro dunha zona histórica e monumental dificilmente repetíbel pola súa beleza, extensión e monumentalidade.

Pero para un afeccionado ao mundo da gastronomía Compostela conta tamén cun monumento irrepitíbel: o Mercado de Abastos. Monumento en si mesmo o recinto da mesma e, ao mesmo tempo, pola variedade e calidade dos produtos que na mesma se poden atopar, chegados uns das hortas e granxas próximas á cidade, dos portos e zonas marisqueiras de toda Galiza ou dos máis remotos mares e zonas de produción.

Despois dunha pausada visita a ese monumento da gastronomía que é a Praza de Abastos de Compostela, pode o viaxeiro visitar algúns dos establecementos máis significativos dunha zona de tapas que se prolonga cara o norte ata a zona de Santa Clara, establecementos destacados polas súas tapas e petiscos, unhas veces de cortesía, servidos de maneira gratuíta coas bebidas, e outras de pago, fundamentalmente en forma de racións.

Pode comezar o viaxeiro a súa ruta ao pé mesmo do Mercado de Abastos, noutra vella praza compostelá, a da Pescadería Vella, á que se asoma **Casa Pepe**, cunha boa provisión de viños e abundancia de tapas de cortesía, que se poden completar con racións de pago. O local é pequeno, pero conta cun agradábel salón no soto e, co bo tempo, cunha terraza na mesma praza.



- 061
- 063
- 065
- 067
- 069
- 071
- 073
- 075
- 077
- 079

8. Bodeguilla de San Roque 9. El 13

Cumprida a primeira etapa deste camiño de tapas, pero sen despedirnos da Pescadería Vella, á que volveremos, entraremos nunha desas calexas ocultas do Santiago vello para atoparnos co reino dos cogomelos (pleutorus ostreatus), **O Gamela**, onde a especialidade son as racións desta seta á prancha acompañadas das máis diversas maneiras.

E, como xa anunciamos, regresamos á Pescadería Vella para facer unha parada no **Cabalo Branco**, agochado nunha esquina da praza onde sempre atopamos sombra e fresco, aparte das abundantísimas e variadas tapas que nos servirán para acompañar a nosa consumición.

Fronte mesmo á porta do Cabalo Branco unha das estreitas calexas de Compostela permitirá ao viaxeiro asomarse á praza de Cervantes e dende alí comezar o descenso pola Acibechería para atoparnos con **O Filandón**, que na súa entrada é tenda de viños e produtos tradicionais que da paso á parte traseira do local onde probar as especialidades da casa en viños, tapas e racións.

Fronte a este local abre as súas portas o **Iacobus**, nun inicio local especializado en cafés (pertence a unha cadea de tales establecementos) pero reconvertido en local de tapas ao estilo vasco.

Deixamos a rúa Acibechería, pola que discorre o Camiño de Santiago coa súa morea de peregrinos, para entrar na rúa da Troia, na que se atopa o edificio que foi sé da pensión estudantil que Pérez Lugín inmortalizou na súa novela “La Casa de la Troya”, posteriormente levada ao cine por Rafael Gil con actores da talla de Arturo Fernández ou María Isbert.

Fronte a la casa, reconvertida en museo que reproduce fielmente la antigua pensión, **Bierzo Enxebre** ofrece en forma de raciones sus especialidades bercianas y gallegas, entre

las que destacan los embutidos y conservas vegetales, que se pueden acompañar con un vino también procedente de esa tierra leonesa vecina de Galicia.

Algo mais aló atopamos **Los Sobrinos del Padre** onde destaca o polbo, que podemos pedir en forma de ración ou de bocadillo.

Después una pequeña subidita que nos permitirá quemar algunas de las calorías adquiridas en las últimas paradas y nos encontramos en la **Bodeguilla de San Roque**, un local que fue la primera vinoteca de Santiago de Compostela, en tiempos incluso en los que todavía no se acuñara la denominación. La Bodeguilla dispone de una de las mejores bodegas de Compostela, con vinos que se pueden acompañar con su oferta de raciones de quesos, embutidos y platos de cocina.

E xa para rematar a rota dirixe o camiñante os seus pasos cara o norte pasando entre os conventos do Carme e de Santa Clara, mostras do barroco compostelán, para chegar a **El 13**, un local non apto para supersticiosos que non poderán, se non queren, gozar da súa terraza interior na que probar os seus viños acompañados de chacinas ou queixos.

Dende aquí o parque de San Domingos de Bonaval, un dos máis tranquilos e sorprendentes da cidade, está a unha carreiriña dun can. Pode alí o camiñante repoñerse dos excesos ou, se o prefire, visitar os dous museos que delimitan dito parque: o do Pobo Galego (etnográfico), emprazado nun antigo convento de

arquitectura barroca, ou u Centro Galego de Arte Contemporáneo (CGAC), que ocupa un moderno edificio construído polo arquitecto portugués Álvaro Siza, autor tamén do actual aspecto do parque.

zona nova: o ensanche

Santiago de Compostela non é Moscú, pero iso non é impedimento suficiente para que non teña a súa propia praza Roxa, arredor da cal pivota o “Ensanche” a zona de expansión da cidade nacida a mediados do século XX cun urbanismo e arquitectura propia do “desarrollismo” daqueles tempos, que a administración local actual tenta humanizar con diversas actuacións, unha das cales foi precisamente a remodelación de dita praza Roxa.

O “Ensanche” é unha zona amplamente poboada de edificios de vivendas, locais comerciais, tráfico rodado e xentes que viven, traballan ou transitan polo mesmo.

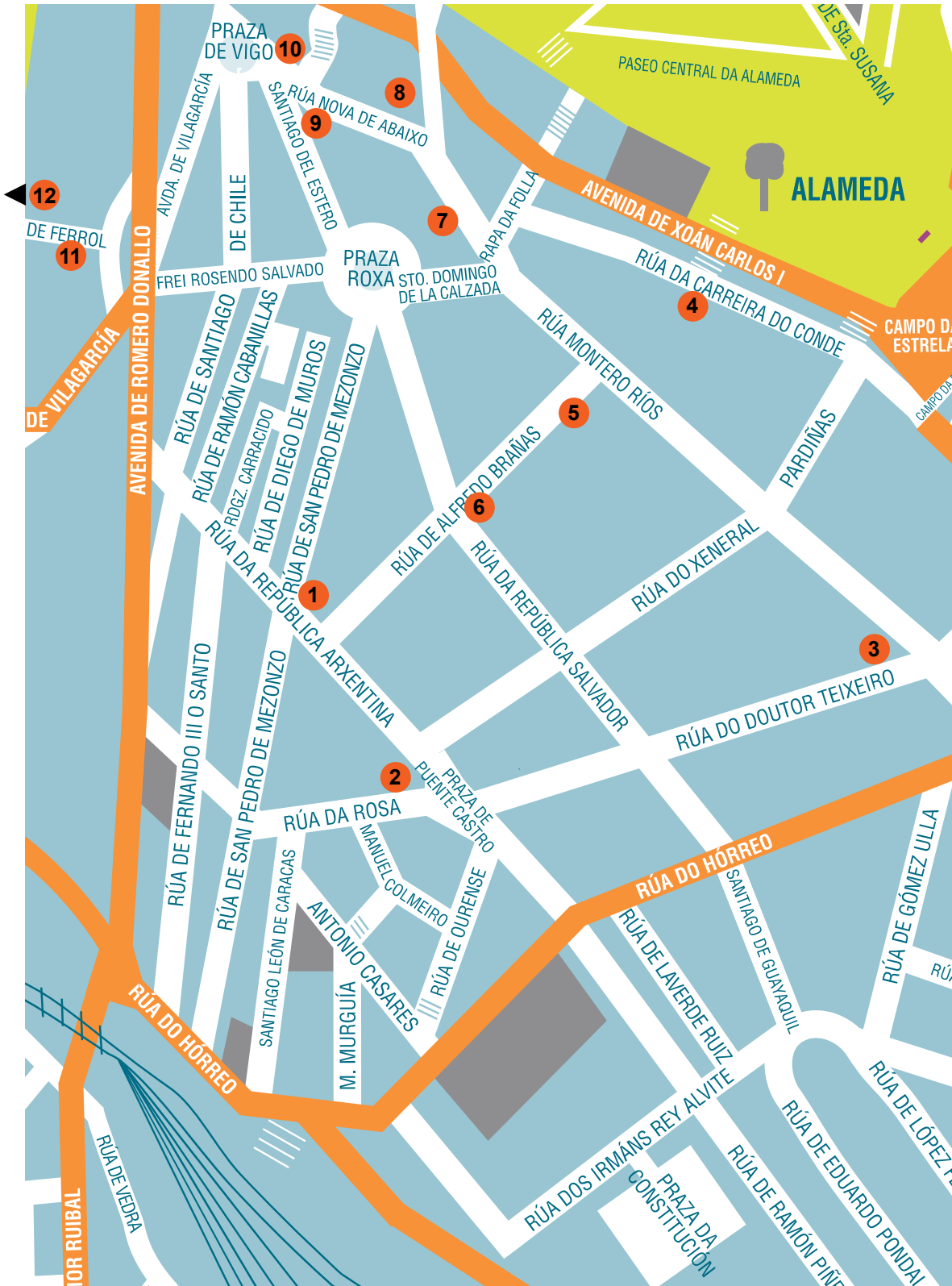
Unha boa parte do comercio compostelán atópase nesta zona da cidade, onde non faltan tabernas, bares, cafetarías e restaurantes nos que satisfacer as necesidades culinarias de veciños e alleos.

Partindo da praza Roxa cara ao sur, pola rúa San Pedro de Mezonzo, bispo ao que se atribúe a composición da “Salve Regina” e deixando á dereita as “Casas de Ramírez”, unha pequena urbanización anterior ao desenvolvemento urbanístico da zona, achegarémonos a un local de factura moderna, o **Latino**, que malia o seu aspecto de bar moderno e funcional ofrece boas tapas e afamados bocadillos, de cortesía (gratis) ou de pago as primeiras e sempre de pago os segundos.

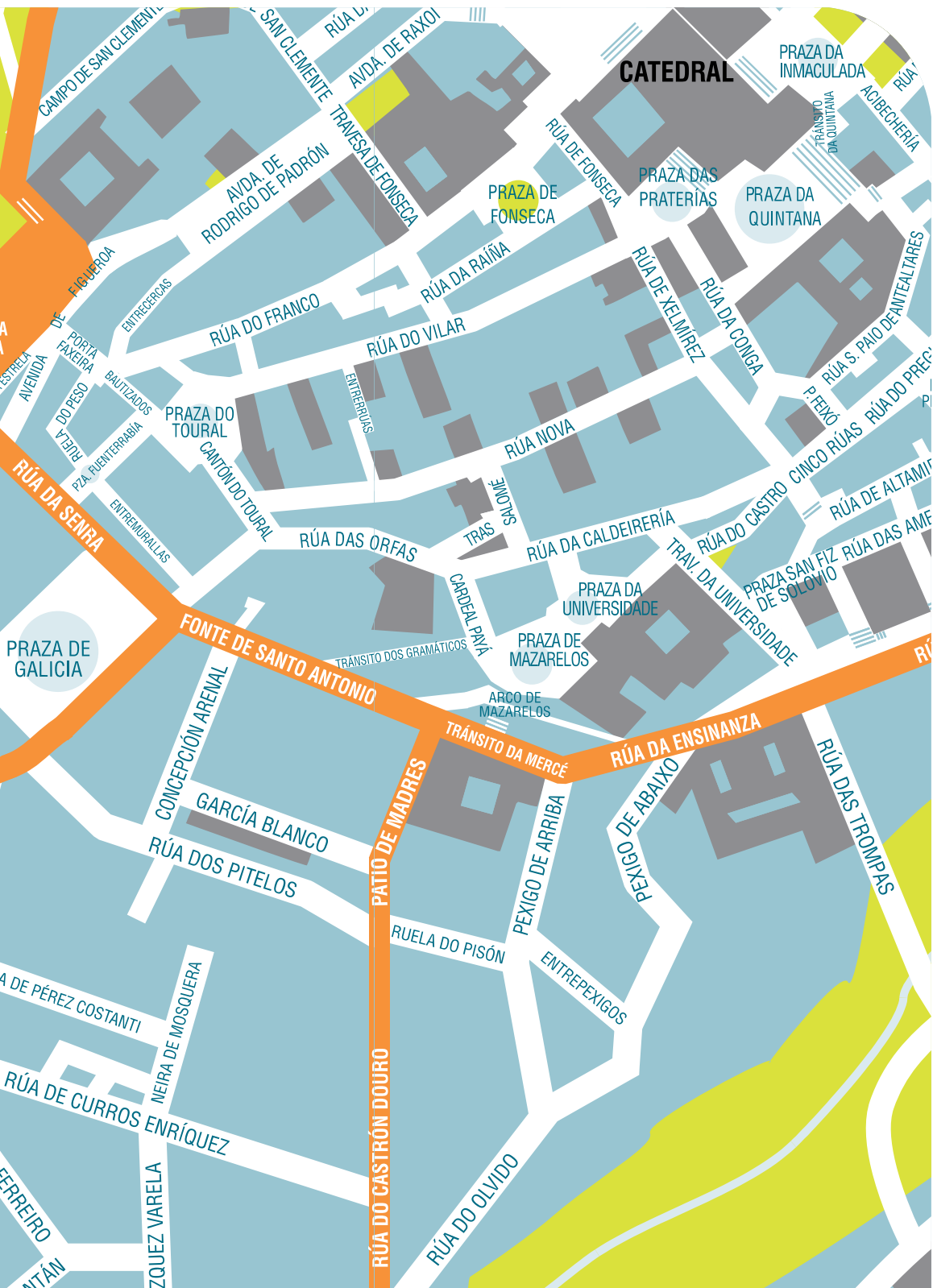
Dende o Latino, e bordeando o colexio Peleteiro, toda unha institución entre os centros escolares da cidade e que en breve deixará o seu lugar a un moderno centro comercial, o viaxeiro achegarase a un dos bares máis famosos da zona, o **Avión**, situado fronte a unha urbanización de espléndidos chalés anteriores á creación do Ensanche: A Rosaleda. No Avión a tapa de cortesía sorprende sempre. Callos, lentellas, guiso de carne, cocido... tapa única pero moi abundante, de factura absolutamente caseira. E os venres... nécora.

Viramos cara ao norte e aproximámonos á Praza de Galicia, nexo de unión entre a zona vella e o Ensanche, parando antes no **Miami**, un dos vellos faladoiros de Santiago, que aínda conserva a vella estrutura dun local con pouca barra e moita zona de mesas. A consumición sempre se acompaña no Miami de tres tapas tradicionais: ensalada rusa, patacas fritas caseiras e patacas con alioli ou con vinagreta. Ata hai pouco deuse a casualidade de que fronte ao Miami, cruzada a rúa, atopábase o consulado de Cuba, o que facía da rúa Doutor Teixeiro unha especie de “estreito da Florida”.

Bordeamos a zona vella para achegarnos ao **Abrigadorio**, emprazado fronte ao máis urbano dos parques urbanos de Compostela: a Alameda. Traspasa o camiñante as portas do Abrigadorio e ábrese ante os seus ollos unha taberna de aspecto rústico, con pía na que se refresca o viño coa auga que despois move a nora que preside o local. No Abrigadorio aínda serven o “viño da casa” xunto con outros de marca, embutidos, queixos e tapas diversas, todas elas de pago.



1. Latino 2. Avi3n 3. Miami 4. Abrigadoiro 5. Mes3n Caney 6. Ferro 7. Cibeles 8. La Viura 9. Iacobus



- 061
- 063
- 065
- 067
- 069
- 071
- 073
- 075
- 077
- 079

10. Raíces Galegas 11. A Colleita 12. Barrigola

Ás costas do Abrigadorio atopará o camiñante un dos hotéis de cinco estrelas da cidade, o Araguaney. Nos baixos do hotel, con acceso a través dunha pequena galería, abre as súas portas o **Mesón Caney**, un dos locais de tapas máis selectos da cidade, tanto pola calidade do que ofrece (montados, tostas, tapas de cociña) como polo tipo de clientela que alí se da cita. Non faltan as especialidades de orixe árabe, imprescindíbeis dada a orixe palestina do propietario.

A poucos metros do **Caney** atópase outro dos locais de recoñecida calidade da zona: o **Ferro**. O local ten unha barra-mostrador central con dous accesos diferenciados. Dun lado bar de tapas e racións. Do outro, tenda de venda de comida para levar. O Ferro conta tamén cunha terraza na beirarrúa, xa que se sitúa nunha das rúas recentemente reformadas, reducindo o espazo destinado ao tráfico para gañalo a favor dos peóns, resultando que nesta rúa non hai espazo destinado ao aparcamento.

Dende o Ferro baixamos de novo cara a praza Roxa para de seguido subir unha das costas máis pronunciadas da cidade, cunha ampla cascada de auga no centro, que nos leva ao **Cibeles**, unha clásica cafetería do Ensanche onde coa consumición se ofrecen dúas ou tres tapas de cortesía.

Repostas as forzas, a rúa empínase de novo, pero desta volta ao noso favor e, costa abaixo, atoparemos un local atípico na cidade: **La Viura**, que se subtitula “Terras da Rioxa”. Un local onde os produtos da Rioxa son protagonistas case absolutos, de maneira que os viños desta denominación de orixe pódense acompañar de tapas e racións elaboradas con produtos tipicamente rioxanos, incluídas conservas.

Remata a costa abaixo nunha esquina clásica desta zona de Santiago, na que en

tempos se emprazou unha cafetería emblemática (Tío Gallo) e agora se atopa o **Iacobus**, un dos varios locais que co mesmo nome (todos forman unha cadea) se atopan na cidade. Neste caso especializado en tapas, racións e comidas.

A poucos metros do Iacobus abre as súas portas **Raíces Galegas**, un pequeno establecemento con tapas tradicionais, pero que tamén ofrece racións e bocadillos.

Saíndo do “Ensanche” tradicional e adentrándonos nas áreas de expansión da cidade que forman as urbanizacións de recente construción atoparemos **A Colleita**, cunha boa carta de tapas e pinchos cos que acompañar a consumición.

Na mesma rúa, afastándonos xa do Ensanche de sempre cara a Conxo, que noutro tempo foi concello independente finalmente absorbido por Compostela, chega o viaxeiro ao **Barrigola**, cunha boa oferta de tapas e pinchos. É tamén restaurante, se aínda nos queda apetito. E despois media volta, que cunha pequena camiñada case en liña recta estamos de novo no punto de partida: a praza Roxa... a do Ensanche de Santiago de Compostela.

san lázaro, a entrada do camiño

Se o viaxeiro chegou a Compostela como peregrino, camiñante ou non, polos camiños que veñen de Francia, inevitabelmente entrou na cidade

polo barrio de San Lázaro, que nos últimos anos se está a converter nun referente da arquitectura contemporánea de Santiago, co Palacio de Congresos e Exposicións e un amplo conxunto de modernos edificios que albergan oficinas da Xunta de Galicia.

Coas novas edificacións chegou ao barrio un importante número de funcionarios e traballadores que causaron o florecemento dun bo número de establecementos hostaleiros que se pola mañá e no medio día ofrecen un servizo fundamental para os traballadores da zona, nas noites seguen ofrecendo as súas especialidades a todos os composteláns.

Nunha mesma rúa atopará o viaxeiro catro establecementos que responden a diversas tipoloxías de locais especializados en tapas e racións, dende os máis modernos ata outros de corte clásico. E nas inmediacións, ao pé dunha tranquila praza, daremos co quinto local de tapas da zona.

Entrando en Compostela polo Camiño Francés, o primeiro dos locais de tapas e racións que atoparemos é a **Bodega de San Lázaro**, que segue o mesmo esquema que a súa homónima de San Roque, que foi a primeira viñoteca de Compostela cando aínda faltaba tempo para que ese tipo de locais se converteran en habituais. Unha boa adega e tapas de cociña, de pago, inda que sempre nos ofrecerán algún petisco para acompañar a nosa consumición.

Sen cambiar de beirarrúa e poucos metros máis adiante abre as súas portas a **Dehesa de Santa María**, un local atípico por ofrecer produtos derivados do porco ibérico que non son propios de Compostela, inda que hoxe se atopan xa en calquera lugar de España. O establecemento forma parte dunha franquía de orixe estremeña, e de

aí ven a súa especialización, que chegan incluso a ofrecer na súa carta viños estremeños, seguramente os únicos que se poidan atopar na cidade.

Continúa o camiñante cara ao centro da cidade e con poucos pasos chega ao **Caminante**, un pequeno bar de deseño moderno no que non sempre vai ser fácil atopar libre unha das poucas mesas de que dispón, xa que polas mañás son moitos os funcionarios que se dan cita alí na hora do almorzo. O mesmo que os restaurantes contan co menú ou prato da casa, o Caminante conta coa súa “tapa da casa”, perfectamente explicada e valorada (en euros) na súa carta.

Teremos que cruzar a rúa e camiñar un pequeno treito ao longo da rúa da Muíña para chegar a unha pequena e tranquila, por apartada, praza do barrio do mesmo nome na que se empraza a **Adega da Muíña**, un modesto local que ofrece unha pequena carta de viños con denominación de orixe e unhas enormes tapas de cociña para acompañar a consumición, iso si, sen incrementar o prezo da mesma. Máis de un pensará que lle están poñendo unha ración, poñamos por caso de fideos con mexillóns, cando se trata dunha simple tapa de cortesía.

Regresamos á rúa de San Lázaro e rematamos a nosa ruta de tapas por este barrio no **Mesón de Lázaro**, que de novo nos ofrece unha pequena carta de viños e a súa selección de tapas e racións de cociña de pago, sen faltar nunca unha tapa de cortesía para acompañar a nosa consumición.

Rematada esta ruta, segue o camiñante cara o centro da cidade, onde o agardan novas emocións.

061
063
065
067
069
• 071
073
075
077
079





bocadillos

Nunha cidade universitaria como é Santiago de Compostela non poden faltar no panorama culinario un amplo abano de locais que ofrecen unha comida razoabel a prezos moi axeitados, sabido é que a economía estudiantil nunca foi moi desafogada.

Así que en Compostela atoparemos tamén unha ampla oferta de bocadillos, nalgúns casos certamente notables.

O bocadillo compostelán por excelencia é o de xamón asado. Perna de porco asada no forno cun adobo no que nunca faltarán o ourego e que se serve habitualmente mollado o pan co prebe resultante do asado do propio xamón. Pódese acompañar de queixo, por exemplo, pero non o precisa para nada.

A tortilla, que en toda Galiza acada unha calidade extrema, é tamén habitual dos bocadillos composteláns, así coma as luras fritas. Ademais, friames (xamón, chourizo...), queixo, tortillas de diversos recheos, conservas e unha ampla diversidade de alimentos pasan a formar parte da oferta de bocadillos. E non podemos esquecer a empanada, o bocadillo por excelencia, que atoparemos en multitude de lugares.

Entre as especialidades máis curiosas está o bocadillo de orella de porco cocida que serven no bar **Orella**, famoso asemade polas súas tapas tamén de orella, pero non lle queda á zaga o de polbo, especialidade de **Los Sobrinos del Padre**.

Como en calquera parte do mundo, en Compostela pódense atopar hamburguesas, inda que a meirande parte da oferta sexa de tipo local. No centro da cidade só existe unha hamburguesería pertencente a unha cadea multinacional.

Nos últimos tempos chegou a Compostela o “kebab”, inda que ningún dos varios locais desta especialidade oriental merece unha especial distinción.

E como curiosidade final deixar constancia de que o mellor sándwich “vexetal” de Compostela se prepara na cafetería dun centro sanitario, o **Policlínico A Rosaleda**, onde este tradicional bocadillo acada varios centímetros de gordo grazas ás sucesivas capas de pan de molde, leituga, tomate, cebola, espárragos, queixo, xamón, ovo cocido e maionesa.





061
063
065
067
069
071
073
075
• 077
079





compras gourmet

O visitante que percorre as rúas do casco histórico atopará nelas infinidade de establecementos de recordos e entre eles os que venden masivamente tartas de Santiago, viños e licores galegos e algúns outros produtos como queixos ou embutidos propios da terra. Sen dúbida este tipo de establecementos soluciona as necesidades dalgúns viaxeiros, pero os máis interesados en entrar a fondo na gastronomía galega dispoñen por toda a cidade doutro tipo de establecementos, máis dirixidos ao público local que ao turista, que seguramente satisfarán a súa curiosidade gastronómica.

Pode atopar en Compostela o interesado na gastronomía galega case calquera especialidade da nosa terra.

Un punto de referencia fundamental para as súas compras gastronómicas será sempre a **Mercado de Abastos** da cidade, emprazado no casco vello dende mediados do século XIX. O Mercado de Abastos, monumento artístico, é o segundo edificio máis visitado da cidade, despois da Catedral. O viaxeiro atopará alí os mellores peixes, mariscos e carnes de Galiza, xunto con outras chegadas de afastados lugares. Froitas e verduras cultivadas nas hortas próximas á cidade xunto coas recollidas nos lugares máis exóticos. Queixos, embutidos, pan, viños e licores e calquera cousa de comer que se lle ocorra ao viaxeiro estará, seguro, no Mercado de Abastos. No mercado hai de todo, así que non faltan os postos de venda dalgúns elementos culinarios galegos moi buscados polo público: pratos de madeira para o polbo, cuncas e xerras para o viño, viradeiras de madeira e barro para dar a volta á tortilla...

Por tradición o día grande no mercado compostelá é o xoves, pero tamén resultan moi importantes os mercados dos martes e os sábados.

No resto da cidade atopará o viaxeiro tendas tradicionais que se conservan practicamente como na primeira metade do século XX, como poden ser os ultramarinos **Carro e Recouso**, e modernas tendas de delicatessen. En todas elas atopará produtos de primeira calidade procedentes dos máis diversos lugares de Galiza.

Tartas de Santiago, queixos, viños galegos, augardentes brancos e de herbas, licor café e de guindas, chourizos, lacóns... son algúns dos produtos tradicionais da nosa terra que busca o viaxeiro, que en Compostela tamén atopará os seus chocolates tradicionais e outros de máis recente creación, licores galegos pouco coñecidos coma o de coandro ou o de mirabel (pequena ameixa orixinaria da Selva Negra alemá que se cultiva no Rosal), augardente de mirabel, mirabeis en conserva, marrón glaçé fabricado en Ourense con castañas galegas, castañas en xarope, ao natural, en marmelada ou en puré, grelos en conserva ou deshidratados, conservas de peixes e mariscos das nosas rías, algas das costas galegas en lata ou secas... ata ortigas en lata producidas en Galiza atopará o curioso nos andeis das máis selectas tendas de Compostela.

Aparte de alimentos e bebidas, o viaxeiro tamén pode adquirir en Compostela algúns elementos como pratos de madeira para o polbo, cunhas e xerras para o viño ou potas para facer a queimada, que atopará nas pequenas tendas do Mercado de Abastos e noutros establecementos da cidade. E libros de cociña galega, española e internacional.





• 081
083
085
087
089
091
093
095
097
099





o mercado de abastos

Xa dixemos que despois da Catedral, o mercado de Abastos é o segundo lugar de Santiago de Compostela máis visitado polos turistas que chegan ata a cidade. Non é para menos.

Situada no mesmo lugar dende mediados do século XIX, o mercado é o punto de subministro de alimentos máis importante da cidade, e onde se pode atopar de todo, dende os produtos das hortas próximas á Compostela ata os procedentes de lugares afastados.

Emprazada nun edificio de pedra composto de oito naves que semellan edificios relixiosos, o mercado garda no seu interior o mellor das terras e dos mares galegos.

Aquí pode o viaxeiro atopar froitas e verduras procedentes de explotacións familiares do entorno da cidade, cultivadas de maneira artesanal e vendidas directamente polas propias produtoras, que ocupan os espazos exteriores, ofrecendo tamén queixos, coellos, galos de curral, ovos campeiros...

No interior o mercado a oferta de peixes e mariscos chegados no día das lonxas galegas compite cunha non menos extensa de carnes de todo tipo, con predominancia da tenreira e o porco, sen faltar polos e outras aves, cordeiro, cabrito e ata carnes exóticas. Non falta, naturalmente, a carne salgada de porco, empregada no caldo e no cocido, así coma xamóns e lacóns e embutidos de todo tipo, dende os tradicionais galegos (androllas, botelos, chourizos...) ata os de orixe industrial.

Os queixos teñen tamén unha importante representación dentro do mercado, con predominio dos acollidos a algunha das denominacións de orixe existentes no país, e fundamentalmente os de Arzúa-Ulloa e Tetilla. Pero tamén se poden atopar queixos artesáns.

O pan, sempre presente en Galiza e cunha gran calidade, ten na praza un escaparate privilexiado, podéndose atopar pan procedente de tafonas compostelás e doutras partes do país. Pan de trigo galego, de millo, de ferraxe (mestura de trigo e centeo), así como pans especiais: con noces, con pasas...

Das froitas e verduras xa dixemos que no exterior do mercado hai abundante oferta procedente das hortas próximas a Compostela, que se reforza cos postos existentes no interior da praza, abastecidos fundamentalmente con produtos procedentes de grandes zonas produtoras.

Nas casillas exteriores da praza tamén se poden atopar elementos de cociña, entre eles pratos de madeira para o polbo ou cuncas e xerras para o viño, así coma o típico afiador e paraugueiro.

O Mercado de Abastos de Compostela é un lugar para mercar e para admirar, pero tamén permite degustar in situ os produtos alí adquiridos: o bar situado no interior da praza cociña no momento calquera alimento mercado no mesmo, cobrando unha pequena cantidade polo servizo. Imaxine o privilexio de mercar no mercado algo de marisco, por exemplo, e comelo alí mesmo uns minutos despois. Imaxíneo... ou mellor vívao.









alimentos de calidade contrastada

Nos establecementos composteláns o viaxeiro atopará alimentos de calidade contrastada, acollidos a algunha das 18 denominacións de orixe e indicacións xeográficas protexidas con que conta Galiza.

viños

Rías Baixas. Denominación de orixe coñecida internacionalmente pola calidade dos seus viños brancos elaborados con uvas da variedade albariña. Na subzona do Salnés os viños son monovarietais, mentres que no Rosal e O Condado se engaden pequenas cantidades doutras variedades como a loureira. Inda que son menos coñecidos, tamén existen viños tintos nesta denominación de orixe.

Ribeiro. O Ribeiro produce tanto viños brancos como tintos, téndose producido nos últimos anos unha importante renovación nas variedades producidas, incrementándose de maneira moi notable a calidade dos viños. Recentemente recuperouse o “Tostado do Ribeiro”, viño elaborado con uvas pasificadas de maneira natural, que durante décadas foi a estrela da zona e levaba un tempo esquecido.

Valdeorras. Esta denominación de orixe foi coñecida durante moito tempo pola calidade dos tintos elaborados coa variedade mencia, pero na actualidade teñen un protagonismo moi destacado os brancos elaborados coa variedade godello, de gran calidade.

Ribeira Sacra. Unha denominación de orixe dacabalo das provincias de Ourense e Lugo. Din que os seus viños foron apreciados polos emperadores romanos. Na actualidade teñen sona os tintos elaborados con variedades como mencia e mouretón, inda que tamén produce brancos.

Monterrei. A máis pequena e menos coñecida das denominacións de orixe galegas. Emprazada no límite oriental da provincia de Ourense, cun carácter máis continental que atlántico, produce os únicos viños galegos de baixa acidez. Tanto os brancos coma os tintos son de gran calidade.

Viños da terra. Galiza conta con tres zonas produtoras de “viños da terra”: Betanzos, Barbanza e Iria, Val do Miño-Ourense.





081
083
085
087
• 089
091
093
095
097
099

queixos

Arzúa-Ulloa. Os queixos acollidos a esta denominación de orixe elabóranse con leite de vaca. O común no mercado son queixos de pasta branda, cunha maduración mínima de seis días. Pero a denominación de orixe tamén acolle o denominado “queixo de nabiza”, cun período de maduración mínimo de seis meses.

Tetilla. Os queixos desta denominación de orixe reciben o nome de “tetilla” pola súa forma, que lembra a dun seo. Elaborase con leite de vaca e ten un período de maduración mínimo de 7 días.

San Simón da Costa. Elaborado con leite de vaca, o queixo desta denominación de orixe ten forma de bala, con codia de cor amarelo-ocre, sempre engraxada. O queixo afúmase con madeira de bidueiro, o que lle da un carácter especial.

Cebreiro. O queixo desta denominación de orixe destaca pola súa forma, semellante á dun gorro de cociñeiro. Elabórase con leite de vaca e presenta pasta granulosa, branda, untuosa e fundente no padal.

carnes

Ternera Gallega. A indicación xeográfica protexida Ternera Gallega ampara carne de tenreiras de ata 12 meses de idade, nadas e criadas en Galiza, procedente de animais de razas autóctonas galegas e os seus cruces. Trátase da máis importante indicación xeográfica protexida de carnes de toda España.

Lacón galego. O lacón galego elabórase a partir da pata dianteira do porco, salgada e curada un mínimo de 30 días. Os amparados pola indicación xeográfica protexida procederán de animais de razas seleccionadas. O lacón empregase no cocido galego, no popular lacón con grelos e noutros pratos.

augardentes e licores

O Consello Regulador das Augardentes e Licores Tradicionais de Galiza ampara a augardente galega de bagazo, única española con denominación recoñecida pola UE, así coma as tradicionais augardente de herbas, licor de herbas e licor café.

outros produtos

Mel de Galiza. O mel de Galiza, de extraordinaria calidade, está amparado pola indicación xeográfica protexida Mel de Galiza, ofrecendo mel multifloral, de castiñeiro, de eucalipto, de silva e de queiroga.

Pataca de Galiza. As patacas galegas gozan de merecida sona en toda España pola súa calidade. A indicación xeográfica protexida Pataca de Galiza acolle as da variedade Kennebec, un tipo de pataca polivalente, que ofrece inmejorables resultados tanto frita como cocida ou asada.

Pan de Cea. O pan de Cea, na provincia de Ourense, é o único de España amparado por unha indicación xeográfica protexida. Elabórase de forma artesanal, en fornos de leña e segundo os métodos tradicionais da zona.

Agricultura Ecolóxica. Os produtos procedentes da agricultura ecolóxica cultivados en Galiza gozan do amparo do consello regulador da Agricultura Ecolóxica de Galiza.

Mexillón galego. O primeiro e único produto do mar en acadar en toda Europa a denominación de orixe protexida. Galiza é o segundo produtor de mexillón do mundo e a calidade dos seus mexillóns, tanto en fresco como en conserva, é ben coñecida.





receitas

cafetocaldo

Restaurante

Casa Marcelo

Ingredientes para 4 persoas:

- 750 centímetros cúbicos de auga
- 40 gramos de verduras deshidratadas (cenoria, porro, cebola, apio, etc)
- 2 gramos de bonito seco (típico da cociña xaponesa)
- Sal
- 250 centímetros cúbicos de aceite de oliva virxe
- 1 cullerada sopeira de pemento da Vera
- 1 dente de allo
- Media cebola
- Vinagre

Para este prato necesitamos unha cafeteira das de aluminio de toda a vida, iso si, moi ben lavada. Xa que non son moi caras, é preferible adquirir unha para os caldos.

Preparamos un pouquiño de aceite de pemento afumado. Para elo quentamos o aceite de oliva ata que empece a fritir lixeiramente a cebola cortada en anacos non moi pequenos.

É importante que o aceite non se quente moito. Engadir o allo. Unha vez os vexetais estean fritos e teñan comunicado o seu sabor ao aceite retirar do lume. Engadir o pemento, remover e acto seguido agregar o vinagre para parar a cocción. Deixar que repouse e decantar. Filtrar e reservar.

Enchemos o vaso inferior da cafeteira con auga. No filtro colocamos as verduras deshidratadas, que xa se compran así, co bonito seco.

Cerramos enroscando a parte superior. Se queremos deixar impresionados aos nosos convidados, colocamos un inferniño a gas ou de alcohol, no centro da mesa e alí deixaremos o noso “Cafetogastro” durante uns minutos, o tempo de que se prepare un saboroso consomé. Senón tamén podemos facelo na cociña normalmente e despois levalo á mesa.

Servimos enseguida en vasiños de cristal con algunhas gotas de aceite de pemento.

081
083
085
087
089
091
• 093
095
097
099

canelóns de centola, salsa de lagostinos, queixo parmesano

Restaurante:

Azabache

Ingredientes:

Para os canelóns

- 1 centola de un quilo
- 100 gramos de cebola
- 100 gramos de cenoria
- 100 gramos de tomate
- 50 gramos de manteiga
- 50 gramos de fariña floxa
- 50 mililitros de viño branco albariño
- 50 mililitros de coñac para cocifñar
- 12 canelóns precocidos

Para a salsa de lagostinos

- 10 lagostinos tigre
(tamaño 21/30 por caixa de 800 gramos)
- 50 gramos de cebola
- 50 gramos de cenoria
- 20 mililitros de coñac para cocifñar
- 50 gramos de arroz extra
- Aceite oliva 0,4
- 50 mililitros de nata culinaria
- 120 gramos de queixo Parmesano en taco

Preparación dos canelóns:

Cocer a centola viva partindo de auga fría 15 minutos por quilo, con folla de loureiro e 60 gramos de sal por litro de auga.

Unha vez cocida a centola abríla cando estea fría e sacarlle toda a carne reservando o caldo obtido.

Facer un sofrito coa manteiga, a cebola, despois a cenoria e por último o tomate, todo cortado en dados moi finos; incorporar a carne da centola limpa, o coñac e o viño branco e deixar reducir 1 minuto a lume forte. Engadir sal, incorporar ao final a fariña para conseguir unha masa homoxénea e deixar arrefriar.

Os canelóns precocidos somerxelos en auga quente para hidratalos durante 10 minutos (non hai que cocelos, xa veñen precocidos) e arrefriar en auga fría con algún xeo. Estirar a masa de canelón e reencher cada un deles co recheo de centola e envolver.

Poñer os canelóns en bandexa de forno previamente untada con manteiga, salsear coa salsa de lagostinos e poñer as láminas de queixo parmesano.

Gratinar no forno ata que estean dourados e quentes

Salsa de lagostinos:

Pasar en aceite a cebola e a cenoria cortadas en dados, engadir os lagostinos e flamexar co coñac.

Cubrir de auga e cando empece a ferver engadir o arroz

Unha vez cocido todo triturar e pasar por un chino fino, suavizar con nata líquida e rectificar de sal.

Parmesano:

Confeccionar láminas dun taco de queixo parmesano cun pelador de verduras

ensalada de bacallau

Restaurante:

El Pasaje

Ingredientes:

- Ovo cocido
- 2 cenorias
- caviar de ourizo
- lombo de bacallau
- maionesa
- nata

Preparación:

Confitar o bacallau en aceite.

Mesturar a maionesa coa nata.

Poñer unha base de maionesa; encima o bacallau en láminas e sobre este o caviar e a cenoria relada.

Para rematar o ovo relado. Aderezar con vinagre de xerez e aceite de oliva virxe extra.

lombos de pescada con grelos

Restaurante:

Ruta Jacobea

Ingredientes para 2 persoas

- 4 lombos de pescada de 125 gramos cada un
- un cuarto de vaso de viño branco
- 300 gramos de grelos escaldados
- 25 gramos de pan relado
- 150 gramos de patacas cortadas en cachelo
- medio litro de fumet de pescado
- 2 culleradas de aceite de oliva 0,1
- 1 sobre de azafrán puro

- 40 gramos de cebola
- sal
- 1 dente de allo
- perexil
- 1 tomate pelado

Preparación

Nunha cazola con aceite, sofrir a cebola, o allo e o tomate; engadir o viño e manter a lume lento durante 5 minutos para reduci-lo. Engadir a continuación o pan relado, o fumet de pescado, perexil, sal e azafrán. Remover ben ata formar unha mestura homoxénea e reservar. Nunha fonte resistente ao forno colocar os lombos de pescada, as patacas e os grelos; napar coa salsa e enfornar durante 12 minutos a 170 °. Espolvorear con perexil fresco acabado de cortar e servir na mesma fonte.

polbo á grella

Restaurante:

O Dezaseis

Elaboración:

Cocer o polbo de xeito habitual (20 minutos fervendo e 5 de repouso). Deixalo arrefriar para realizar mellor o corte lonxitudinal de cada unha das patas. Marcar na grella cun pouco de aceite procurando que quede un pouco tostado polos dous lados. Dispoñer no prato e acompañar con cachelos.

Salsear con allada que hai que ter previamente feita. (Dourar allos en aceite, engadirlle pemento doce e un chorriño de vinagre).





081
083
085
087
089
091
093
095
• 097
099

polenta, caruncho do millo e luras

Restaurante

Pedro Roca

Ingredientes:

- 200 gramos de polenta
- 500 gramos de carunchos
- 500 gramos de luras limpas
- 1 presa de espinacas
- 1 cebola
- 2 dentes de allo
- aceite de oliva
- sal

Preparación:

Preparar a polenta segundo indican as instrucións do paquete.

Unha vez cocida colocar en moldes circulares individuais e deixar solidificar.

Pochar a cebola e o allo con aceite de oliva. Engadir os carunchos limpos e cortados, deixar cocer lentamente 20 minutos aproximadamente, batelo e reservar.

Lavar as espinacas, saltealas nunha tixola cunha cullerada de aceite de oliva e escorrer. Cortar as luras limpas e sen pel en xuliana fina. Salgar e saltealas lixeiramente en aceite de oliva.

Montaxe: Desmoldar a polenta, obter discos entre 1-2 centímetros de alto, douralos en aceite de oliva e escorrer ben.

Colocar encima de cada disco o puré de carunchos e derriba del, as luras salteadas. Coroar coas espinacas.

renxente de vieiras ao albariño

Restaurante

Toñi Vicente

Ingredientes para 6 persoas

- 12 vieiras
- 1 cebola pequena
- 2 decilitros de aceite de oliva
- 1 decilitros de viño branco albariño
- 100 gramos de xamón ibérico
- 100 gramos de pan inglés
- Un chisco de pemento, sal, perexil

Elaboración

Limpar as vieiras, retirarlles o coral e reservar.

Picar finamente a cebola, pochar no aceite ata que quede branca e transparente, incorporar un chisco de pemento e o viño branco. Rectificar de sal e reservar.

Cortar rectángulos de pan inglés moi fino e tostar ao forno. Cortar o xamón á máquina moi fino e pór no medio de dous papeis cebola, tostar á prancha cun peso encima.

Saltear en tixola as vieiras. Deben quedar douradas e pouco feitas. Branquear os corais, pasando rapidamente por auga fervendo, triturar e filtrar e incorporar unhas pingas de aceite de perexil.

Presentación

Pór nos pratos unha base de cebola, intercalar as vieiras, o xamón e o pan. Decorar coa salsa de corais.

Aceite de perexil

Branquear un ramallete de perexil, arrefriar e triturar con 1 decilitro de aceite na termomix.

rodaballo ao forno

Restaurante

Camilo

Ingredientes para catro persoas:

- 1 rodaballo de dous quilos
- cebola
- allo
- perexil
- tomate
- patacas
- caldo de peixe
- aceite
- sal

Preparación

Nunha fonte de forno poñer unha capa de cebola cortada, allo e perexil picados e un pouco de tomate triturado. Agregar un pouco de aceite de oliva.

Colocar derriba o rodaballo, xa limpo, e salgar. Meter no forno a 180 grados.

Cando a cebola está medio feita, agregar caldo de peixe e seguir cocendo. Antes de que o peixe estea feito, poñer na fonte unhas patacas cortadas en rodas (pódense fritir lixeiramente antes de metelas ao forno).

sopa ensalada de boletos, fabas verdes e ameixas

Restaurante

El Mercadito

Para a sopa de boletos (8 persoas):

- 1 quilo de boletos da variedade edulis ou erytropo (han de estar secos, mellor se son exemplares novos)
- 150 gramos de fabas verdes que xa teremos branqueadas
- 24 ameixas da variedade babosa
- Chalota, pementa, manteiga e sal
- 1,6 litros de caldo vexetal

Para elaborar a sopa: limpamos os boletos con un pincel e retiramos o himenio, separamos o pé do sombreiro. Cortamos o pé e rustrímolo coa manteiga e a chalota a lume moderado, engadimos o caldo vexetal e levantamos fervor. Deixamos infundir por espazo de 20 minutos. Pasamos pola turmix e rectificamos de sal.

Para as ameixas: poñeremos unha ola con abundante auga a ferver, incorporaremos as ameixas ata que burbullen sen que se cheguen a abrir de todo. Retirámoslles a casca e poñémolas no fondo do prato. Salteamos os sombreiros dos boletos e poñémolos encima das ameixas.

Incorporamos as fabas verdes e posteriormente a sopa.

Nota: Quédalle estupendo un pouco de cebola caramelizada ou pan tostado. Se empregamos boletos da variedade erytropo débense cocifñar ben (teñen que acadar os 70 grados).

xarrete guisado

Restaurante

Vilas

Ingredientes (para 4 persoas):

- 1 xarrete de tenreira
- 400 gramos de patacas pequenas
- 250 centímetros cúbicos de viño branco
- 1 cabeza de allo
- sal
- aceite

Preparación:

Ponse o xarrete en adobo durante seis horas con viño branco, o allo e o sal.

De seguido colocase nunha tarteira ao lume cun pouco de aceite no que se douran a carne e as cebolas. Cando estean ben douradas agregase o adobo. Tápase e deixase ferver lentamente.

Cando está medio feito engádense as patacas. Métese ao forno. Ao estar as patacas sácase e sévese (Débese comer acabado de facer).

esponxoso de froitos vermellos

Restaurante

Ana

Ingredientes:

- 12 ovos
- 200 gramos de azucre
- 100 gramos de framboesas
- 100 gramos de grosellas
- 100 gramos de arandos

Elaboración:

Sepáranse as claras das xemas e móntanse moi ben xemas e azucre.

Móntanse as claras a punto de neve e incorpóranse as xemas.

Colócanse as froitas encima da masa e enfornase 5 minutos a 180°C.

Espolvorease con azucre e queimase.



a b c c h d **e** f

g h i j k l l l m

n ñ o p q **r** s t

u v w x y z...



lista alfabética de restaurantes

Nesta lista alfabética de restaurantes indicanse os datos fundamentais de cada un (endereço, teléfono...), así coma os servizos que ofrece cada un deles. En todos os restaurantes se empregan o galego e o castelán, ademais do resto de idiomas que se indican.

a barrola

Cociña tradicional, mariscaría

Endereço: Rúa do Franco, 29

Teléfono: 981 577 999

Web: www.restaurantesgrupobarrola.com

Correo e:

info@restaurantesgrupobarrola.com

Prezo: menos de 40 euros

Pecha: luns (só en inverno)

Tarxetas

Aparcamento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 50

Fumadores

Idiomas: inglés, portugués, italiano

Carta en alemán, inglés, castelán, francés
Situada na rúa máis concorrida de Compostela, A Barrola atende multitude de turistas e visitantes da cidade, atraídos pola súa oferta de mariscos vivos na entrada do restaurante, así como pola súa terraza en pleno casco histórico. Dun tempo a esta parte non hai artista que visite Compostela sen pasar pola Barrola.

a caldeira de pedro boteiro

Cociña tradicional, grella

Endereço: Rúa de San Pedro, 22

Teléfono: 981 576 355

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: ningún día

Tarxetas

Aparcamento

Reservas

Comedores separados para fumadores e non fumadores

Carta en galego

Sorprendentes carnes á grella, arroces e ensaladas.

a casa dos martínez

Cociña de mercado, tradicional e con toques de autor.

Endereço: Rúa do General Franco, 7

(Praza Baltar). Padrón

Teléfono: 981 810 577

Corre e:

acasadosmartinez@yahoo.es

Prezo: menos de 40 euros

Pecha: noites de domingo a mércores e luns todo o día

Tarxetas

Reservas

Capacidade: 24

Fumadores

Idiomas: catalán

Carta en castelán

Enrique Castillo levou a Padrón a visión da cociña da súa Cataluña natal e aplicouna á cociña tradicional galega, introducindo variacións e combinacións novas sempre ao abeiro da calidade dos produtos galegos.

a curtidoría

Cociña tradicional, con toques de autor

Enderezo: Rúa da Conga, 2-3

Teléfono: 981 554 342

Web: www.acurtidoria.com

Correo electrónico: info@acurtidoria.com

Prezo: menos de 40 euros

Pecha: domingo noite e en agosto domingo todo o día

Tarxetas

Terraza

Reservas

Capacidade: 100

Comedores separados para fumadores e non fumadores

Cafetería-restaurante que ofrece un menú do día de gran calidade e bo prezo, así como servizo de carta.

a tulla

Cociña tradicional. Menú vegano.

Enderezo: Ruela de Entrerrúas, 1

Teléfono: 981 580 889

Prezo: menos de 20 euros

Pecha: domingo, luns e martes noites

Tarxetas

Aparcamento próximo

Terraza

Reservas (na terraza non)

Capacidade: 30

Fumadores

Idiomas: inglés

Carta en galego, castelán

a viña de xabi

Tradicional con toques de autor

Enderezo:

Rúa de San Pedro de Mezonzo, 5

Teléfono: 981 940 071

Prezo: menos de 25 euros

Pecha: domingo completo

Tarxetas

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 24

Fumadores

Idiomas: inglés

Carta en castelán

Destaca pola súa selección de viños, pero a cociña non queda á zaga. Racións grandes.

ana

Cociña innovadora

Enderezo: Rúa do Olvido, 22

Teléfono: 981 570 792

Correo electrónico:

anarestaurante1@telefonica.net

Prezo: menos de 35 euros.

Pecha: domingos pola noite e segunda quincena de agosto

Tarxetas

Reservado

Terraza

Capacidade: 35

Reservas

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Carta en castelán

Emprazado nun caserón do século XVIII é, posiblemente, un dos restaurantes máis bonitos de Compostela e coa particularidade de que practicamente todo o persoal é feminino.

asador castellano

Cociña castelá, asados

Enderezo: Rúa Nova de Abaixo, 2

Teléfono: 981 590 920

Prezo: menos de 50 euros

Pecha domingos noite e luns todo día (inverno), en xullo e agosto os domingos

Tarxetas

Reservados

Aparcamento próximo

Capacidade: 110

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés, francés.

Carta en inglés, francés, español

Coma o seu nome indica, trátase dun asador de estilo castelán, especializado en cordeiro e leitón.

asesino

Cociña tradicional

Enderezo: Praza da Universidade, 16

Teléfono: 981 581 568

Web:

www.restaurantegonzabaasesino.com

Correo e:

asesino@restaurantegonzabaasesino.com

Prezo: menos de 40 euros

Pecha: domingo

Tarxetas

Reservado

Aparcamento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 50

Fumadores

Idiomas: italiano, inglés

Carta en castelán, francés e inglés

O restaurante máis antigo de Santiago, onde o propio Ramón María del Valle Inclán tivo mesa propia. Durante anos as irmáns que atendían o restaurante seleccionaban a clientela segundo lles petaba, creando un verdadeiro mito arredor do local. Actualmente é xestionado por profesionais hostaleiros.

azabache

Cociña tradicional con toques de autor

Enderezo: Avenida do Burgo das Nacións, s/n (Hotel NH Obradoiro)

Teléfono: 981 558 070

Web: www.nh-hoteles.com

Correo e: nhobradoiro@nh-hotels.com

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: ningún día

Tarxetas

Reservados

Aparcamento propio

Reservas

Capacidade: 200

Non fumadores

Idiomas: inglés

Carta en galego, castelán, inglés, francés

Restaurante de hotel situado en pleno campus universitario de Compostela.

barrigola

Cociña tradicional

Enderezo: Avenida de Ferrol, 54

Teléfono: 881 978 880

Prezo: menos de 20 euros

Pecha: domingo completo

Tarxetas

Terraza

Reservas

Capacidade: 50

Fumadores

Idiomas: inglés

Carta en castelán

Un dos locais máis recentes da cidade, nacido coas novas urbanizacións que rodean a cidade.

bierzo enxebre

Cociña galega e berciana

Enderezo: Rúa da Troia, 10

Teléfono: 981 581 909

Web: www.bierzoenxebre.com

Prezo: menos de 20

Pecha: ningún día

Tarxetas

Aparcamento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 60

Fumadores

Idiomas: francés, inglés, alemán

Carta en alemán, inglés, francés, italiano, portugués, castelán e galego

No local que en tempos ocupou Prada a Tope segue a oferta de produtos bercianos e una cociña que mira claramente cara esta parte de León, inda que se esquecer que se atopa no corazón de Galiza.

bocalino

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa da República
Arxentina, 11

Teléfono 981 566 482

Web: www.restbocalino.com

Correo e: elbocalino@mundo-r.com

Prezo: menos de 20 euros

Pecha: domingo noite

Tarxetas

Reservado

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 114

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: francés e italiano

Carta en francés, italiano, alemán, inglés e castelán

Ademais da súa cociña tradicional, o Bocalino destaca polas súas fondues.

boga

Cociña creativa

Enderezo: Rúa dos Feáns, local 3 B
(Praza interior)

Teléfono: 981 592 227

Web: www.restauranteboga.com

Prezo: menos de 25 euros

Pecha: domingos completo, luns
noite

Tarxetas

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 60

Fumadores

Idiomas: inglés, alemán

Carta en español

calderón

Cociña tradicional con toques de autor

Enderezo: Carreira do Conde, 8

Teléfono: 981 554 356

Web: www.calderoncatering.com

Correo e: siro@calderoncatering.com

Prezo: menos de 50 euros

Tarxetas

Reservado

Aparcamento próximo

Capacidade: 35

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés

Carta en galego, castelán, inglés e francés

Ademais da carta fixa, ofrece cada día pratos elaborados en función do mercado. Cociña tradicional con elaboración contemporánea.

caney

Cociña tradicional con toques de autor.

Especialidades internacionais.

Enderezo: Rúa de Alfredo Brañas, 5

Teléfono: 981 559 603

Web: www.araguaney.com

Correo e: melia@araguaney.com

Prezo: menos de 25 euros

Pecha: Noiteboa e Fin de Ano (so noites)

Tarxetas

Aparcamento

Terraza

Reservas

Capacidade: 70

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés.

Carta en inglés, francés, español, galego

Caney é o restaurante do Hotel Araguaney (cinco estrelas) en cuxos baixos se empraza, inda que con entrada directa da rúa e independente da do hotel. Ofrece unha carta de cociña galega e contemporánea, con miradas á cociña internacional, especialmente de carácter árabe dada a orixe palestina do seu propietario. Organiza xornadas gastronómicas.

carretas

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa das Carretas, 21

Teléfono: 981 563 111

Web:

<http://restaurantesanclemente.com>

Correo e: sanclemente@terra.es

Prezo: menos de 50 euros

Pecha: domingos

Tarxetas

Reservados

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 180

Comedores separados para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés e alemán

Carta en galego, castelán, francés, inglés, alemán, italiano e portugués

A un paso da praza do Obradoiro, o Carretas é un restaurante clásico de Compostela, cunha boa oferta de mariscos, peixes e carnes galegas.

casa camilo

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa da Raíña, 24

Teléfono: 981 584 593

Prezo: menos de 35 euros

Pecha: ningún día

Tarxetas

Reservados

Aparcamento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 120

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés

Carta en inglés, francés, alemán, castelán

No centro da zona de viños máis tradicional de Santiago (Franco-Raíña) Camilo é un valor seguro fronte aos moitos restaurantes da zona que dirixen a súa oferta fundamentalmente ao turista.

casa marcelo

Cociña innovadora

Enderezo: Rúa das Hortas, 1

Teléfono: 981 558 580

Web: www.casamarcelo.net

Correo e: escribe@casamarcelo.net

Prezo: menos de 60 euros

1 estrela Michelin, 1 sol Campsa

Pecha: domingo, luns martes e mediodía do mércores. E do 1 outubro ao 30 de marzo.

Tarxetas

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 30

Fumadores

Idiomas: inglés, francés

Non hai carta

Marcelo Tejedor, propietario e cocifeiro de Casa Marcelo, é hoxe unha das referencias fundamentais da nova cociña galega, irradiando o seu saber a través do Grupo Nove, que fundou en 1992 e cuxa presidencia non acadou ata 2007.

A cociña de Marcelo apoiase firmemente na tradición galega e na gran calidade dos produtos do mar, da horta e da granxa, que ten ao seu dispor na praza de abastos de Santiago de Compostela, na que persoalmente fai a compra tódolos días.

Pero a cociña de Marcelo está imbuída do espírito creador e ata rebelde deste cocifeiro galego, formado á beira de cocifeiros da talla de Jacques Maximin ou Juan Mari Arzak, que busca a perfección no seu traballo.

Casa Marcelo é, ademais, unha rareza en Compostela e en Galiza, xa que ofrece un menú único e sen carta, no que o cliente degusta os sucesivos pratos que saen da cociña, aberta ao comedor.

casa ramallo

Cociña tradicional

Enderezo: O Castro, 5. Rois

Teléfono: 981 804 180

Prezo: menos de 30 euros.

Pecha: todas as noites, luns completos e de 24 de decembro a 7 de xaneiro.

Tarxetas

Terraza

Capacidade: 75

Un restaurante dos de toda a vida, cunha cociña tradicional baseada en materias primas de gran calidade. Un dos referentes da comarca de Compostela na tempada da lamprea.

casa rosalia

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa do Franco, 10

Telefono: 981 568 441

Correo e: casarosaliavinosytapas@mundor.com

Prezo: menos de 25 euros

Pecha: ningún día

Tarxetas

Aparcamento próximo

Terraza

Capacidade: 80

Fumadores

Idiomas: inglés e francés

Carta en galego, castelán, francés, alemán, inglés e italiano

Pratos de cociña tradicional galega xunto con outros procedentes de diversas rexións de España.

casal do cabildo

Cociña de mesón

Enderezo: Rúa de San Pedro, 18

Teléfono: 981 583 057

Web: www.casaldocabildo.com

Correo e:

casaldocabildo@casaldocabildo.com

Prezo: menos de 20 euros

Pecha: tarde domingo e luns enteiro

Tarxetas

Reservados

Reservas

Capacidade: 150

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Carta en galego e castelán

O máis solicitado polos clientes é a “táboa terra-mar”: verduras, mariscos e carnes todo a un tempo.

chef rivera

Cocina tradicional con toques de autor

Enderezo: Enlace Parque, 7. Padrón

Teléfono: 981 810 413

Web: www.chefrivera.com

Correo e: chefrivera@terra.es

Prezo: menos de 45 euros

Pecha: domingos noite e luns noite excepto en agosto que non pecha.

Tarxetas

Reservados

Aparcamento

Reservas

Capacidade: 70

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés, francés e italiano

Carta en castelán

Xosé Antonio “Chef” Rivera é o gran cociñeiro de referencia de toda a comarca cando se fala de lamprea. Na súa tempada prepara un menú composto exclusivamente con este peixe, incorporando todos os anos novas receitas. Na súa adega destaca a espléndida colección de Oportos.

cien islas

Cociña chinesa e filipina

Enderezo: Avenida de Vilagarcía, 2 soto

Teléfono: 881 976 390

Prezo: menos 15 euros

Pecha: ningún día

Tarxetas

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 80

Non fumadores

Idiomas: inglés, tagalo

Carta en castelán e inglés

de carmen

Cociña tradicional con toques de autor

Enderezo: Rúa das Arribadas, 9

Teléfono: 981 943 858

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: domingo noite, luns completo

Tarxetas

Terraza

Reservas

Capacidade: 50

Fumadores

Idiomas: inglés

Carta en castelán

Un dos últimos restaurantes en chegar ao panorama culinario de Compostela pero que se está facendo un oco grazas aos seus arroces, o máis destacado dunha carta breve pero eficaz. Ser o primeiro restaurante dun barrio de nova creación é un aliciente máis.

de profundis

Tradicional con toques de autor

Enderezo: Campiño de San Francisco, 3

Teléfono: 981 581 634

Web: <http://sanfranciscohm.com>

Correo e: comercial@sanfranciscohm.com

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: ningún día

Tarxetas

Reservado

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 45

Comedores separados para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés e francés

Carta en castelán e inglés

O restaurante do Hotel Monumento San Francisco goza dun marco incomparable e unha oferta de cociña tradicional elaborada con criterios contemporáneos.

domínguez

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa de Sar, 102

Teléfono: 981 565 477

Prezo: menos de 25 euros

Pecha: ningún día

Reservado

Reservas

Capacidade: 35

Fumadores

Carta en castelán

Unha das tradicionais casas de comidas de Compostela, con cociña caseira na que destacan os callos e o cocido. Posibelmente peche as súas portas antes de dous anos por xubilación dos propietarios.

don gaiferos

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa Nova, 23

Teléfono: 981 583 894

Prezo: menos de 40 euros

Pecha: domingo noite e luns noite excepto nos meses de xullo e agosto

Tarxetas

Reservas

Capacidade: 66

Fumadores: non proporciona datos

Idiomas: inglés

Carta en español e inglés

Na década dos setenta do século pasado, cando abriu as súas portas, foi todo un acontecemento en Compostela. Pasados os anos de esplendor, o restaurante segue coa súa cociña tradicional e de produto e cun dos comedores máis acolledores de Compostela.

el estanco del hórreo

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa do Hórreo, 26

Teléfono: 981 563 808

Correo electrónico: rest.elestanco@gmail.com

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: domingo completo en temporada baixa e domingo noite e luns noite en temporada alta

Tarxetas

Reservados

Aparcamiento próximo

Reservas

Capacidade: 200

Fumadores

Carta en galego, inglés, francés, alemán, castelán

A cociña tradicional galega compón a meirande parte da carta, na que destacan especialmente os arroces con marisco e paellas.

el mercadito

Cociña innovadora

Enderezo: Rúa das Galeras, 18

Teléfono: 981 574 239

Web: nove.biz/ga/el-mercadito

Correo e: elmercadito@gmail.com

Prezo: menos de 45 euros

Pecha: domingo completo, luns noite

Tarxetas

Reservado

Aparcamiento próximo

Reservas

Capacidade: 70

Fumadores

Idiomas: inglés, portugués, francés

Carta en castelán e galego.

O restaurante de Gonzalo Rei é unha das máis recentes incorporacións ao mundo da nova cociña galega en Santiago de Compostela. Integrante do Grupo Nove, que reúne algúns dos mellores cociñeiros creativos galegos, El Mercadito ofrece unha cociña imaxinativa e fortemente ancorada nos produtos que cada día ofrece o mercado.

Unha oportunidade de probar a nova cociña galega a prezos aínda moi ao alcance de calquera peto.

el pasaje

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa do Franco, 54

Teléfono: 981 557 081

Correo e: info@xanelaagasallo.es

Prezo: menos de 45 euros

Pecha: domingo noite

Tarxetas

Reservados

Aparcamiento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 200

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés, italiano

Carta en francés, inglés, alemán, castelán, galego

Un local de éxito en Compostela sen estar nunca entre os que máis soan. O éxito basease na extremada calidade dos peixes e carnes con preparacións moi sinxelas, fundamentalmente á grella. Destacan o sargo asado segundo unha vella receita mariñeira de Fisterra e as carnes de vaca e boi, así como a torta de plátano e noces.

el rincón de gurpegui

Cociña navarra e galega

Enderezo: Rúa de Frei Rosendo Salvado, 15

Teléfono: 981 598 178

Web: www.rincondegurpegui.com

Correo e:

gurpegui@rincondegurpegui.com

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: domingos noite de outubro a maio, domingo completo de xullo a setembro.

Tarxetas

Reservado

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 50

Fumadores

Idiomas: inglés.

Carta en castelán, francés e inglés

Restaurante de cociña tradicional con influencia vasco-navarra. Organiza xornadas de angulas, lamprea, bacallau, bonito do norte, lechazo e cochinillo.

el submarino

Cociña tradicional

Domicilio: Rúa do Franco, 49

Telefono: 981 58 44 28

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: martes noite e domingo noite

Tarxetas

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 22

Fumadores

Carta en castelán

Un pequeno restaurante clásico da rúa máis turística de Compostela.

entrerrúas

Cociña tradicional caseira

Enderezo: Ruela de Entrerrúas, 2

Teléfono: 981 586 108

Prezo: menos de 15 euros

Pecha: domingo

Tarxetas

Terraza

Capacidade: 21 (máis 42 en terraza)

Fumadores

Idiomas: inglés, alemán e italiano

Carta en galego, castelán, inglés, alemán e francés

Unha das praciñas máis recónditas do casco vello de Compostela, entre a rúa do Vilar e a Rúa Nova, acolle esta casa de comidas de carácter familiar e cociña caseira, moi frecuentado por traballadores da zona. No verán conta cunha das terrazas máis demandadas de Santiago.

fornos

Cociña tradicional, mariscaría

Enderezo: Rúa do Hórreo, 24 baixo

Teléfono: 981 581 234

Web:

www.restaurantemarisqueriafornos.es

Correo e: administracion@restaurantemarisqueriafornos.es

restaurantemarisqueriafornos.es

Prezo: menos de 45 euros

Pecha domingo

Tarxetas

Reservados

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 100

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés
Carta en inglés, francés, alemán e italiano

O máis destacado da casa son os mariscos, que se poden acompañar con algunha outra proposta da cociña tradicional.

góndola I

Cociña italiana e grega

Enderezo: Rúa de Santiago del Estero, 7

Teléfono: 981 598 348

Web: www.restaurantesgondola.com

Prezo: menos de 40 euros

Pecha: luns

Tarxetas

Reservados

Aparcamento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 90

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés, francés, alemán

Carta en idiomas galego, inglés, alemán, francés, castelán

Restaurante especializado na cociña italiana. Tamén ofrece especialidades gregas.

gonzaba

Cociña tradicional galega con toques vascos

Enderezo: Rúa Nova de Abaixo, 17 (interior da galería comercial)

Teléfono: 981 594 874

Web:

www.restaurantegonzabaasesino.com

Correo e: gonzaba@restaurantegonzabaasesino.com

Prezo: menos de 35 euros

Pecha: domingo

Tarxetas

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 60

Fumadores

Idiomas: italiano, inglés

Carta en castelán

Mesón famoso en Compostela pola súas carnes, especialmente os chuletóns.

green

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa de Montero Ríos, 16

Teléfono: 981 580 976

Prezo: menos de 35 euros.

Pecha: domingo noite

Tarxetas

Reservado

Aparcamento

Reservas

Capacidade: 75

Fumadores

Idiomas: inglés

Carta en francés, inglés, galego e castelán

l'incontro

Cociña italiana

Enderezo: Avenida San Lázaro, 102

Teléfono: 981 588 825

Prezo: menos de 25 euros

Pecha: domingo completo

Tarxetas

Aparcamento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 40 máis terraza

Fumadores

Idiomas: francés, italiano

Carta en italiano e castelán

crêperie cre-cotté

Creperie

Enderezo: Praza da Quintana, 11

Telefono: 981 577 643

Web: www.crecotte.com

Prezo: menos de 20 euros

Pecha: domingo noite

Tarxetas

Reservado

Aparcamento próximo

Terraza no verán

Reservas

Capacidade: 80

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés e francés

Carta en galego, castelán, inglés, francés e alemán

Crepes salgados e doces, ensaladas e algúns pratos máis nun local emprazado na praza da Quintana, unha das máis emblemáticas de Compostela.

la tacita d'juan

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa do Hórreo, 31

Teléfono: 981 562 041

Web: www.latacita.com

Correo e:

latacita@latacita.com

Prezo: menos de 45 euros

Pecha: domingo

Tarxetas

Reservado

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 120

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés

Carta en castelán, inglés e francés

Cociña tradicional con excelentes peixes e mariscos e un cocido coñecido en toda a cidade.

los sobrinos del padre

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa da Fonte de San Miguel, 7

Teléfono: 981 583 566

Prezo: menos de 20 euros

Pecha: luns (excepto de xullo a setembro que non pecha)

Terraza

Reservas (excepto no verán)

Capacidade: 40 (máis 30 en terraza)

Fumadores

Idiomas: francés e italiano

Carta en inglés e castelán

Pequeno restaurante situado na zona norte do casco vello, pouco transitada polos turistas, e que ten no polbo a súa máxima especialidade.

madam ragú

Cociña francesa e asiática

Avenida de Ferrol, 17

Telefono: 881 976 741

Web: www.madamragu.com

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: domingo noite, luns completo

Tarxetas

Aparcamento próximo

Terraza no verán

Reservas

Capacidade: 50

Fumadores

Idiomas: inglés e francés

Carta en castelán

Un dos últimos restaurantes abertos en Compostela, cunha oferta baseada nas cocifas francesa e orientais.

mediterráneo

Arrocería

Enderezo: Avenida de Ferrol, 7

Teléfono: 981 523 005

Prezo: menos de 25 euros

Pecha: luns completo

Tarxetas

Aparcamiento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 43

Fumadores

Idiomas: francés, inglés, alemán, catalán.

Carta en castelán

Arroces e pratos de inspiración levantina, pero tamén de afastados países do Mare Nostrum: Grecia, Italia, Turquía.

mesón do pulpo

Cociña tradicional de mesón

Enderezo: Rúa de Vista Alegre, 57

Teléfono: 981 586 416

Web: mesondelpulpo.com

Correo e: info@mesondelpulpo.com

Prezo: menos de 25 euros

Pecha: sábado completo

Tarxetas

Reservados

Reservas

Capacidade: 100

Fumadores

Carta en castelán

Un tradicional local compostelán para comer o polbo.

o celme do caracol

Cociña tradicional con toques innovadores

Enderezo: Rúa da Raíña, 22

Teléfono: 981 571 746

Prezo: menos de 35 euros

Pecha: luns noite, excepto verán

Tarxetas

Reservas

Capacidade: 120

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés, italiano, francés.

Carta en galego, español, italiano, francés e inglés.

Un restaurante novo na zona máis clásica de Compostela. Ofrece a cociña tradicional galega de toda a vida pero con toques innovadores e de reinterpretación persoal.

o'botillo

Cociña tradicional

Enderezo: Sixto, 4. Santa Lucía

Teléfono: 981 539 834.

Prezo: menos de 25 euros

Pecha: luns completo

Tarxetas

Reservados

Aparcamiento propio

Reservas

Capacidade: 130

Non fumadores

Carta en castelán

Restaurante situado nas aforas de Compostela, na estrada de Ourense, no que destacan carnes e botelo.

101
103
105
107
109
111
113
• 115
117
119

o desvío

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa de Muros. Estrada Santiago-Noia km. 5. Roxos.

Teléfono: 981 537 044

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: luns completo

Tarxetas

Reservados

Reservas

Capacidade: 130

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Carta en castelán e inglés

Espléndidas carnes e peixes galegos.

o dezaseis

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa de San Pedro, 16

Teléfono: 981 577 633

Web: www.dezaseis.com

Correo e: correo@dezaseis.com

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: domingo completo

Tarxetas

Aparcamento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 200

Non fumadores

Idiomas: inglés, francés

Carta en inglés, francés, italiano, alemán e galego

A cociña tradicional sinxela, sen complicacións fixo que o restaurante sexa recomendado ata polo New York Times.

o picho da cerca

Tradicional con toques de autor

Enderezo: Rúa de Virxe da Cerca, 27

Teléfono: 902 405 858

Web:

www.pousadasdecompostela.com

Correo e:

info@pousadasdecompostela.com

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: domingos

Tarxetas

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 50

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés

Carta en inglés e castelán

o rodicio da barcia

Cociña tradicional e rodicio brasileiro

Enderezo: Estrada Santiago

Bertamiráns. A Barcia

Teléfono: 981 537 372

Prezo: menos de 40 euros

Pecha: domingo noite e luns noite

Tarxetas

Reservados

Aparcamento propio

Terraza

Reservas

Capacidade: 350

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés

Carta en inglés, francés, alemán, español e galego

Rodicio brasileiro e pratos de cociña tradicional, fundamentalmente carnes e peixes. Emprazado nun antigo muíño ao pé do río Sarela.

o tamboril

Tradicional. Arroces

Enderezo: Rúa da República
Argentina, 5

Teléfono: 981 565 485

Prezo: menos de 30

Pecha: domingo completo

Tarxetas

Reservado

Aparcamiento próximo

Reservas

Capacidade: 35

Fumadores

Carta en galego

Destacan especialmente os seus arroces.

o triángulo das verduras

Cociña vexetariana

Enderezo: Praciña das Penas, 2

Teléfono: 981 576 212

Prezo: menos de 15

Pecha: domingo completo, luns noite

Aparcamiento próximo

Reservas

Capacidade: 50

Fumadores

Idiomas: inglés

Carta en galego

Actualmente o único restaurante plenamente vexetariano de Compostela, empregando preferentemente produtos biolóxicos.

paz nogueira

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa do Castiñeirño, 14

Teléfono: 981 591 436

Prezo: menos de 35 euros

Pecha: domingo noite

Tarxetas

Reservados

Aparcamiento propio

Reservas

Capacidade: 100

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Carta en castelán

O Paz Nogueira está en Compostela case dende sempre como un restaurante de barrio que, nos últimos anos, conseguiu converterse nun dos sitios de referencia para o público da cidade.

pazo de adrán

Cociña tradicional con toques de autor

Enderezo: Adrán, 4. Teo

Teléfono: 981 570 000

Web: www.pazodeadran.com

Correo e: pazo@pazodeadran.com

Prezo: menos de 40 euros

Pecha: ningún día

Tarxetas

Reservados

Aparcamiento propio

Terraza

Reservas

Capacidade: 52

Fumadores

Idiomas; inglés

Carta en castelán, galego e inglés

101
103
105
107
109
111
113
115
• 117
119

Emprazado nunha zona rural próxima a Santiago, o Pazo de Adrán é un hotel con restaurante no que a cociña tradicional e a creación se dan a man. Rodeado dunha extensa finca e cun antigo pombal reconvertido en bodega.

petiscos

Cociña tradicional

Enderezo: Rúa de Aller Ulloa, 7

Teléfono: 981 57 53 68

Web: Correo e: petiscos@telefonica.com

Prezo: menos de 15 euros

Pecha: domingos noite, luns completo

Tarxetas

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 40

Fumadores

Carta en galego, francés, inglés e alemán

Tapas e racións diversas, ademais de carnes e peixes á grella.

raxería san marcos

Cociña de mesón

Enderezo: Rúa de San Marcos, 50 (estrada do Aeroporto).

Teléfono: 981 561 931

Prezo: menos de 30 euros

Pecha: martes e mes de setembro

Tarxetas

Tres comedores

Aparcamento propio

Capacidade: 150

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: francés, italiano, alemán.

Carta en francés, inglés e alemán.

Inicialmente foi un mesón popular cuxas instalacións medraron posteriormente. Empanada, polbo e raxo son as grandes especialidades.

restaurante vilas

Cociña tradicional

Enderezo: Avda. Rosalía de Castro, 88

Teléfono: 981 591 000

Correo e:

restaurante_vilas@yahoo.es

Prezo: menos de 45 euros

Pecha: sábado noite e domingo todo o día

Tarxetas

Reservados

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 55

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Carta en castelán e galego

O Vilas é un dos restaurantes máis clásicos da cidade nacido como casa de comidas e cuxa titularidade vaise transmitindo entre xeracións da mesma familia. Ten sona o xarrete e o guiso de polbo, así coma os mariscos do día. Paco Vilas presume da ampla galería de fotografías cos personaxes que pasaron polo restaurante; Mick Jagger, Xoán Paulo II, os Reis de España, Fidel Castro...

retiro da costiña

Cociña tradicional con toques de autor

Enderezo:

Avda de Santiago, 12. Santa Comba

Teléfono: 981 880 244

Web: www.retirodacostina.net

Correo e: info@retirodacostina.net

Prezo: menos de 55 euros

Pecha mércores completo, domingos noite

Tarxetas

Reservados

Aparcamento propio

Capacidade: 30

Reservas

Comedor para non fumadores. Cada mesa conta cunha sala aparte para fumar e sobremesas.

Tarxetas

Carta en castelán

Camiño de Fisterra, O Retiro da Costiña é parada obrigada para o amante da boa cociña, nunha zona de escasos atractivos culinarios.

ruta jacobea

Cociña tradicional

Enderezo: Lugar da Lavacolla, 42

Telefono: 981 888 211

Web: www.rjacobea.com

Correo e:

restaurante@rjacobea.com

Prezo: menos de 35 euros

Pecha: ningún día

Tarxetas

Reservados

Aparcamento

Terraza

Reservas

Capacidade: 200

Comedores independentes para

fumadores e non fumadores

Idiomas: inglés

Carta en castelán, galego, francés e inglés

Situado máis preto do aeroporto que da cidade, destaca polos seus arroces e a calidade dos produtos que emprega.

san clemente

Cociña tradicional

Enderezo: San Clemente, 6

Teléfono: 981 565 426

Web

www.restaurantesanclemente.com

Correo e: san.clemente@terra.es

Prezo: menos de 40 euros

Pecha: luns completo

Tarxetas

Aparcamento próximo

Terraza

Reservas

Capacidade: 150

Comedores independentes para fumadores e non fumadores

Idiomas: alemán, francés

Carta en castelán, galego, inglés, francés, alemán, italiano, portugués.

Un dos bares de tapas máis coñecidos da cidade da paso ao restaurante.

toñi vicente

Cociña creativa.

Enderezo: Ava de Rosalía de Castro, 24

Teléfono: 981 594 100

Web: www.tonivicente.com

Correo e:

restaurante@restaurantetonivicente.com

Prezo: menos de 60 euros

Pecha: domingo completo

Tarxetas

Reservado

Aparcamento próximo

Reservas

Capacidade: 35

Fumadores

Idiomas: inglés, francés

Carta en castelán, inglés, francés, alemán

1 estrela Michelin

Toñi Vicente foi a punta de lanza da nova cociña galega cando aínda as condicións para o desenvolvemento da mesma eran moi precarias. Foi ela quen desbrozou, non sen esforzo, os camiños da creatividade na cociña galega polos que unha década despois transitan as nova xeracións de cocifeiros.

A cociña de Toñi desborda creatividade e sensibilidade feminina, elegancia e, por derriba de todo, bo gusto.

Entre as súas grandes creacións destaca fundamentalmente a robaliza mariñada, verdadeiro emblema do restaurante e que non debe faltar na comida.

tránsito dos gramáticos

Tradicional con toques de autor e cociña de tempada

Enderezo: Rúa do Tránsito dos Gramáticos, 1

Teléfono: 981 572 640

Web:

www.transitodosgramaticos.com

Correo e:

hotel@transitodosgramaticos.com

Prezo: menos de 30 euros

Tipo cociña

Pecha: ningún día

Tarxetas

Terraza

Reservas

Capacidade: 40 (máis terraza 40)

Fumadores

Idiomas: inglés, italiano, portugués

Carta en castelán e inglés



a b c c h d e f

g h **i** j k l l m

n ñ **o** p q r s t

u v w x y z...



lista alfabética de locais de tapas e racións

a colleita

Avenida de Ferrol, 9

Situado nunha zona emerxente en canto a tapeo e boas terrazas se refire, A Colleita ofrece unha das máis completas cartas de racións e tapas da cidade nova na que os produtos galegos con denominación de orixe conviven cunha oferta de corte máis cosmopolita de pinchos, ensaladas e pratos que poden acompañarse cunha breve pero ben seleccionada carta de viños.

a gamela

Rúa da Oliveira 5

Un deses secretos ben gardados cos que toda cidade conta. Acompañan a consumición cunha pequena tapa cortesía da casa, pero o forte desta taberna tradicional son os cogomelos, que serven en racións do máis variado e que, nos meses de verán, poden degustarse na pequena terraza na ruela de Sae se Podes.

abellá

Rúa do Franco, 30

Local tradicional da Rúa do Franco, xeralmente ateigado nas horas punta do mediodía e da tardiña, ao que os habituais acoden para gozar da súa tapa de crocodilo (ollo, malia que o nome despista, trátase en realidade de carne de porco con patacas fritidas), que é o principal sinal de identidade da casa.

abrigadoiro

Rúa da Carreira do Conde, 3

Para moitos composteláns esta é a referencia indispensable no tapeo pola zona nova. Nun amplísimo local que, pese á súa situación, conta cun ambiente e unha decoración de corte tradicional e rústico, ofrécese unha boa selección de racións para acompañar unha carta de viños igualmente interesante.

adega da muíña

Rúa da Muíña, 56

Algo afastado da rúa San Lázaro na que se emprazan os principais locais da zona, merece a pena visitar a Adega da Muíña polas espléndidas tapas de cortesía que serven coa consumición, que máis ben parecen racións. Ofrece tamén racións de embutidos, queixos e pratos de cociña.

avión

Rúa da Rosa, 6

Pequeno bar situado ao pé da parada de autobuses da rúa da Rosa no que se pode acompañar a espera cunha das súas célebres tapas de balde. Son coñecidas na cidade as nécoras que serven os venres, pero tampouco se queda atrás, por exemplo, o seu cocido.

barrigola

Avenida de Ferrol, 54

Restaurante que, fóra de horarios de comedor, funciona como local de tapeo e que, pese a levar pouco tempo aberto, conta xa cunha nutrida clientela entre veciños do barrios, xente nova e clientes do veciño hotel, atraída polos prezos axustados e pola oferta de racións da súa carta.

bierzo enxebre

Rúa da Troia, 10

Esta casa de comidas de especialidades bercianas e galegas conta cunha das terrazas máis demandadas da cidade histórica na que se poden probar os seus embutidos, conservas e racións ou optar polo menú do día. No inverno conta cunha ampla sala interior de bar, na que probar as súas especialidades na barra, e cun comedor de ambiente rústico.

cabalo branco

Praza da Pescadería Vella, 5

Conta cunha pequena terraza, sempre en sombra, das máis cobizadas nos veráns composteláns. É un dos clásicos da zona do Mercado de Abastos no que a consumición acostuma ir acompañada, habitualmente, de dous ou tres tapas diferentes.

café bar caminante

Rúa de San Lázaro, 90

Un pequeno local que na hora do almorzo acostuma a estar cheo de funcionarios. Ofrece queixos, conservas e tapas propias da zona, coma o raxo. Tamén dispón da “tapa da casa”: torrada de pan con ali-oli e medallón de raxo á plancha.

casa pepe

Cantón de San Bleito, 5

Tanto na súa pequena barra como no recollido soto, acondicionado ao xeito dunha bodega nas que as chacinas penden do teito, pódese gozar dunha consumición acompañada de queixo e embutidos. Contan, ademais, cunha pequena selección de racións.

cibeles

Montero Ríos, 37

Trátase dun bo representante do modelo de cafetería máis clásico da zona nova, de aire máis moderno que os habituais da cidade histórica, neste caso destaca pola variedade e abundancia das tapas que serven coa consumición, habitualmente de dous ou tres tipos diferentes.

dehesa de santa maría

Rúa de San Lázaro, 96

Pertence a unha franquía do mesmo nome nacida en Mérida (Badaxoz) en 1998, que ofrece fundamentalmente produtos do porco ibérico (xamón, solombo, chourizo, morcón) e tamén conservas, queixos e patés. Na carta hai presenza de viños extremeños e sempre serven un pincho de cortesía coa consumición.

el 13

Rúa de Santa Clara, 13

Trátase dun pequeno local na zona dos Basquiños que paga a pena buscar. A consumición acompáñase dunha tapa de queixo, chacinas ou dalgún guiso caseiro que poden degustarse no pequeno local ou, en temporada, na agradable terraza traseira.

el pasaje

Rúa do Franco, 54

Mesón situado na planta baixa do restaurante do mesmo nome. A consumición acompáñase con algunha tapa de cortesía (espléndidas as patacas fritas) e tamén ofrece racións. As mellores cañas de cervexa de Santiago.

enxebre

Costa do Cristo, 1

A opción para gozar de racións en plena Praza do Obradoiro, no Hostal dos Reis Católicos. A oferta vai desde o máis convencional (pementos de Padrón, empanada) a pratos máis elaborados, segundo a tempada.

ferro

Rúa da República de El Salvador, 20

Outro dos clásicos do tapeo no Ensanche, no que é difícil atopar sito na hora punta. A súa ampla oferta de embutidos, chacinas e pratos preparados, nos que a calidade está asegurada, resulta especialmente tentadora e pode degustarse como ración ou levar a domicilio.

galeón toural

Cantón do Toural, 4

Un amplo local en pleno casco vello da cidade, decorado coma un antigo galeón e cunha ampla oferta de racións, pratos combinados, etc.

iacobus

Rúa de Santiago del Estero, 9

Situado no lugar do antigo Tío Gallo, un clásico da hostalaría da cidade, o Iacobus adapta aquí a exitosa fórmula que esta cadea ven desenvolvendo nos seus locais da cidade histórica e a complementa cunha variada selección de racións e tapas.

iacobus

Rúa da Acibechería, 5

Pertencente a unha cadea de cafetarías composteláns, sufriu unha importante

reforma non hai moito tempo para reconverterse en local de tapas e racións cunha pequena barra ao xeito donostiarra na que dominan, pese a todo, as elaboracións da terra.

la bodeguilla de san lázaro

Rúa de San Lázaro, 104

Irmá menor de La Bodeguilla de San Roque (zona norte do casco histórico), o establecemento responde ás mesmas premisas: unha boa bodega de viños galegos e doutras denominacións de orixe e racións de chacinas, queixos, conservas e pratos de cociña.

la bodeguilla de san roque

Rúa de San Roque, 13

A decana das viñotecas nesta parte da cidade conta cunha clientela fiel que acude pola variedade e a calidade do seu servizo de viño, así como pola magnífica relación calidade/prezo da súa oferta de racións, entres as que destaca a ensalada de polo con manga, xa un clásico do tapeo na cidade.

la viura. terras da rioxa

Rúa Nova de Abaixo, 10

Local especializado en viños da Rioxa, dos que oferta máis de cincuenta variedades, xunto con viños galegos e doutras denominacións de orixe españolas. Tapas e racións frías e quentes baseadas en produtos rioxanos, e conservas de cogomelos e vexetais. Cañas de cervexa ben servidas.

latino

Rúa de República Arxentina, 26

A inclusión do Latino, un célebre local do Ensanche, nesta guía do tapeo compostelán débese, fundamentalmente, ás súas magníficas racións de patacas bravas. En calquera caso, non deben deixar de mencionarse os seus estupendos bocadillos e, especialmente, o de luras.

lizarrán

Rúas das Orfas, 25

Forma parte dunha franquía con establecementos repartidos por toda España e que ten o seu forte na ampla oferta de pinchos, tanto fríos como quentes, dispostos na súa barra ou ofrecidos, segundo saen da cociña, por camareiros que pasean entre as mesas.

los caracoles

Rúa da Raíña, 14

Ademais da oferta habitual neste tipo de casas de comidas na zona do Franco-A Raíña, este local destaca (o propio nome o indica) pola súa especialidade en caracois ao albariño, toda unha rareza en Compostela.

los sobrinos del padre

Fonte de San Miguel, 7

Algo mais aló atopamos Los Sobinos del Padre onde destaca o polbo, que podemos pedir en forma de ración ou de bocadillo.

mesón caney

Rúa de Alfredo Brañas, 5

Cita imprescindible para os amantes das boas tapas e o ambiente selecto. Montados, pulgas, táboas e racións de cociña con algunhas especialidades de orixe árabe (hommus, falafel, kebbe, fatush, mashawi kebab...)

mesón de lázaro

Rúa de San Lázaro, 73

A consumición sempre irá acompañada dun petisco, pero tamén se poden pedir as racións de queixos e chacinas, tostas variadas e bocadillos fríos e quentes, así como diversas racións de cociña.

miami

Rúa do Doutor Teixeiro, 6

Houbo un tempo no que Compostela era cidade de faladoiros interminables nos cafés. O Miami é un dos últimos vestixios dese período e segue, como entón, a ofrecer coa consumición unha ampla selección de tapas frías e quentes, fundamentalmente patacas “chips” de elaboración propia, ensalada rusa e patacas ali-oli ou con vinagreta.

negreira (o patata)

Rúa do Vilar, 75

Esta taberna de corte tradicional, que permanece exactamente igual que hai décadas, é coñecida na cidade por ofrecer coa consumición unha tapa de patacas guisadas que xustifica o seu sobrenome.

o beiro

Rúa da Raíña 3

Unha das primeiras viñotecas de Compostela. Boa selección de viños.

o filandón

Rúa da Acibechería, 6

Situado nos últimos metros do Camiño de Santiago combina o local de tapas e racións, sempre ateigado, na súa parte traseira, coa venda ao público de produtos tradicionais.

o gato negro

Rúa da Raíña, s/n

Trátase, xunto co Trafalgar, o Orense ou o Negreira, dun dos poucos superviventes do antigo tipo de taberna tradicional da zona do Franco hoxe practicamente desaparecida. Destacan as racións de empanada de congro, xoubas, fígado encebolado. Mantén as clásicas tazas de viño de barril, inda que é mellor pedir un viño de marca.

o orella

Rúa da Raíña, 21

Leva décadas poñendo orella de porco como tapa, que cada un pode adaptar ao seu gusto con pemento picante. A orella tamén se despacha en racións e bocadillos. Ademais, conta cunha carta de racións coas que acompañar o pincho.

raíces galegas

Rúa Nova de Abaixo, 36

A Rúa Nova de Abaixo é un dos núcleos fundamentais do tapeo do Ensanche e, dentro dela, o Raíces Galegas é o local cunha oferta máis tradicional na que non soen faltar orella e empanada.

san clemente

Rúa de San Clemente, 6

O San Clemente é popular entre os composteláns porque coa consumición ofrecen unha primeira tapa fría, de corte convencional, e unha segunda, polo xeral a elixir entre varias opcións, quente. E moitas veces hai tamén unha terceira.

taberna do bispo

Rúa do Franco, 37

Dentro da zona de viños do Franco a

Taberna do Bispo foi o primeiro en ofrece unha barra de pinchos ao estilo donostiarra, modalidade sen demasiada tradición na cidade, pero que comeza a gañar adeptos.

tapería senra

Rúa da Senra, 4

Local estratexicamente situado entre a cidade histórica e o Ensanche, no que acompañan a consumición cun pincho de tortilla e unha segunda tapa, polo xeral quente, que varía con frecuencia.

trafalgar

Travesa do Franco, 1

A especialidade da casa son os Tigres Rabiosos, mexillóns en salsa picante, populares desde hai décadas entre unha clientela fiel que segue a congregarse neste clásico da zona de viños da cidade.

xantares

Rúa do Franco, 40

Outro dos clásicos da Rúa do Franco, cunha barra sempre ateigada de clientes que se achegan atraídos, entre outras cousas, pola abundancia de tapas servidas coa consumición e que van das tradicionais olivas ou lacón frío ou a algún prato de cociña.

yunque

Rúa das Orfas, 27

Local de recente apertura nunha das rúas de acceso á Cidade Histórica. Decoración moderna e funcional. Tapas de cortesía (tortilla, canapés, xamón asado, albóndegas).

abcchdef

ghijklm

nñoqrst

uvwxyz...



lista alfabética de locais de bocadillos

coruña

Rúa da Raíña, 17
Bocadillos quentes, tortilla

el dubrés

Rúa da Acibechería, 8
Bar-supermercado, destacan os bocadillos
de tortilla

la gigante

Rúa de San Pedro de Mezonzo, 46
Todo ao grande: hamburguesas de 24
centímetros de diámetros, sándwichs de
38, cachorros quentes de 30.

latino

Rúa da República Arxentina, 26
Xamón asado, luras.

o rei do bocadillo

Avenida de Rosalía de Castro, 23
De todo. Xamón asado, luras.

orella

Rúa da Raíña, 21
Bocadillos variados, destacando o de
orella de porco.

raíces galegas

Rúa de Santiago del Estero, 36
Bocadillos variados.

rosa street

Rúa da Rosa, 12
Bocadillos fríos e quentes, boas
hamburguesas.

abcchdef

ghijklm

nñoqrst

uvwxyz...



lista alfabética de tendas gourmet e ultramarinos

a colleita

Rúa de San Pedro, 7
Produtos de alta gama nunha zona de
gastronomía emerxente

a cesta da saúde

Rúa de Ramón Cabanillas, 10
Un establecemento que so vende
produtos ecolóxicos

a un paso do ceo

Rúa de San Miguel dos Agros, 3
So vende produtos (alimentos, roupa,
perfumes, etc.) procedentes de conventos
de toda España e tamén importados.

a troia. pan artesán.

Rúa da Troia, 8
Pan, empanadas, galletas, pastas e doces
artesáns. Por encargo elaboran doces
xudeus.

almirez

Rúa do Doutor Teixeira, 34
Senra, 27
Viños, conservas e produtos galegos.
Comida preparada para levar e catering.

bazar casa sole

Rúa da Caldeirería, 46
Pratos de madeira para o polbo, cuncas
e xerras para o viño.

cepeda

Praza de Cervantes, 9
Un ultramarinos dos de toda a vida.

churume

Área Central
Probablemente as mellores empanadas
de Compostela.

carro

Cantón do Toural, 6
Un tradicional ultramarinos cunha boa
oferta de viños, conservas e licores.

couceiro

Praza de Cervantes, 6
Especializada en libro galego e
portugués, cunha sección de libro
antigo. Tamén vende on-line (www.librariacouceiro.com).

establecimentos álvarez

Rúa do Preguntoiro, 33
Cuncas e xerras para o viño, potas para
a queimada.

follas novas

Rúa de Montero Ríos, 37
Unha extensa oferta de guías e libros
gastronómicos.

galería sargadelos

Rúa Nova, 11
Vaixelas das prestixiosas cerámicas de Sargadelos e O Castro.

gallaecia liber

Rúa de Ramón Cabanillas, 8
Boa oferta de libros gastronómicos.

jamardo

Rúa da República Arxentina, 16
Tenda tradicional de alimentación, con produtos caseiros. Produtos caribeños e exóticos.

la casa de los quesos

Rúa dos Bautizados, 10
Un minúsculo establecemento do casco histórico repleto de sabores e recendos: queixos, manteiga caseira, chourizos, viños...

mercado de abastos

Ameas, s/n
Visita imprescindible para calquera afeccionado á gastronomía, onde poderá atopar todo o que busca.

o beiro

Rúa da Raína, 3
A primeira viñoteca creada en Compostela. Viños, queixos e embutidos.

perlas de arousa

Rúa do Hórreo, 64 baixo
Conservas e viños.

recouso

Praza da Caldeirería, 7
Chocolates artesanais, conservas, viños e licores galegos

seco

Rúa de San Pedro de Mezonzo, 3
Área Central, 21
Gran variedade de embutidos e conservas.

valladares

Rúa da República de El Salvador, 10
Extenso surtido de produtos galegos.

a b c c h d **e** f

g h **i** j k l l m

n ñ o **p** q **r** s t

u v w x y z...



lista alfabética de pastelaría

el coral

Rúa do Doutor Teixeira, 32
Teléfono: 981 562 010
Conta cun dos escaparates máis
atractivos de cantas pastelaría hai na
cidade.

herrma

Rúa de Alfredo Brañas, 7
Teléfono: 981 598 765
Área Central
Teléfono: 981 575 002
Especialidades doces e salgadas.
Milfollas.

la canela

Rúa de Fernando III O Santo, 20
Teléfono: 981 887 696
Especialidades argentinas.

mercedes mora

Rúa do Vilar, 50
Telefono: 981 565 724
Frei Rosendo Salvado, 11
Teléfono: 981 938 862
Tarta de Santiago, milfollas, doces
creativos.

tábora

Rúa da República Argentina, 3
Teléfono: 981 563 141
Tarta de Santiago, rosca, cañas crema e
tarta de follado e crema.

121
123
125
127
129
131
133
• 135
137
139





índice por barrios



cidade histórica sur hortas-carretas galeras

Restaurantes

A Barrola	103
A Curtidoría	104
A Tulla	104
Asesino	105
Bierzo Enxebre	106
Carretas	107
Casa Camilo	108
Casa Marcelo	108
Casa Rosalía	109
De Profudis	110
Don Gaiferos	110
El Mercadito	111
El Pasaje	111
El Submarino	112
Entrerrúas	112
Crêperie Cre-Cotté	114
O Celme do Caracol	115
San Clemente	119
Tránsito dos Gramáticos	120

Tapas

Abellá	123
El Pasaje	124
Enxebre	125
Lizarrán	126
Los Caracoles	126
Los Sobrinos del Padre	126
Negreira	126
O Beiro	126
O Gato Negro	127
O Orella	127
San Clemente	127
Taberna do Bispo	127
Tapería Senra	127
Trafalgar	127
Xantares	127
Yunque	127

Pastelaría

Mercedes Mora	135
---------------	-----

Bocadillos

Coruña	129
El Dubrés	129
Orella	129

Tendas gourmet

Carro	131
La Casa de los Quesos	132
O Beiro	132



cidade histórica norte bonaval san pedro concheiros

Restaurantes

A Caldeira de Pedro Boteiro	103
Casal do Cabildo	109
O Dezaseis	116
O Picho da Cerca	116
O Triángulo das Verduras	117
Petiscos	118

Tapas

A Gamela	123
Bierzo Enxebre	124
Cabalo Branco	124
Casa Pepe	124
El 13	124
Iacobus	125
La Bodeguilla de San Roque	125
O Filandón	126

Tendas gourmet

A Colleita	131
A un Paso do Ceo	131
A Troia	131
Bazar Casa Sole	131
Cepeda	131
Couceiro	131
Establecimentos Álvarez	131
Galería Sargadelos	132
Mercado de Abastos	132
Recouso	132



ensanche cidade nova

Restaurantes

A Viña de Xabi	104
Asador Castellano	105
Bocalino	106
Boga	106
Calderón	107
Caney	107
Cien Islas	109
El Estanco del Horreo	111
El Rincón de Gurpegui	112
Fornos	112
Góndola	113
Gonzaba	113
Green	113
La Tacita D'Juan	114
Madam Ragú	114
O Tamboril	117
Restaurante Vilas	118
Toñi Vicente	120

Tapas

Abrigadoiro	123
A Colleita	123
Avión	123
Barrigola	123
Cibeles	124
Ferro	125
Galeón Toural	125
Iacobus	125
La Viura. Terras da Rioxa	125
Latino	126
Mesón Caney	126
Miami	126
Raíces Galegas	127

Pastelerías

El Coral	135
Herrma	135
La Canela	135
Mercedes Mora	135
Táborá	135

Bocadillos

La Gigante	129
Latino	129
O Rei do Bocado	129
Raíces Galegas	129
Rosa Street	129

Tendas gourmet

A Cesta da Saúde	131
Almirez	131
Follas Novas	131
Gallaecia Liber	132
Jamardo	132
Perlas de Arousa	132
Seco	132
Valladares	132



sar

Restaurantes

Ana	104
Domínguez	110



conxo santa marta a rocha

Restaurantes

Barrigola	106
De Carmen	110
Mediterráneo	115



outros barrios

Restaurantes

Azabache	105
L'Incontro	113
Mesón do Pulpo	115
O Botillo	115
O Desvío	116
O Rodicio da Barcia	117
Paz Nogueira	117
Raxería San Marcos	118
Ruta Jacobea	119

Tapas (San Lázaro)

Adega da Muíña	124
Café Bar Caminante	124
Dehesa de Santa María	124
La Bodeguilla de San Lázaro	125
Mesón de Lázaro	126

Pastelerías

Herrma	135
--------	-----

Tendas gourmet

Churume	131
---------	-----



arredores

Restaurantes

A Casa dos Martínez	103
Casa Ramallo	108
Chef Rivera	109
Pazo de Adrán	117
Retiro da Costiña	119





índice alfabético

restaurantes

A Barrola	103
A Caldeira de Pedro Boteiro	103
A Casa dos Martínez	103
A Curtidoría	104
A Tulla	104
A Viña de Xabi	104
Ana	104
Asador Castellano	105
Asesino	105
Azabache	105
Barrigola	106
Bierzo Enxebre	106
Bocalino	106
Boga	106
Calderón	107
Caney	107
Carretas	107
Casa Camilo	108
Casa Marcelo	108
Casa Ramallo	108
Casa Rosalía	109
Casal do Cabildo	109
Chef Rivera	109

Cien Islas	109
De Carmen	110
De Profundis	110
Domínguez	110
Don Gaiferos	110
Don Quijote	111
El Estanco del Hórreo	111
El Mercadito	111
El Pasaje	111
El Rincón de Gurpegui	112
El Submarino	112
Enterrúdis	112
Fornos	112
Góndola	113
Gonzaba	113
Green	113
Crêperie Cre-Cotté	114
La Tacita D'Juan	114
L'Incontro	113
Los Sobrinos del Padre	114
Madame Ragú	114
Mediterráneo	115
Mesón do Pulpo	115
O Botillo	115
O Celme do Caracol	115
O Desvío	116
O Dezaseis	116
O Picho da Cerca	116
O Rodicio da Barcia	116
O Tamboril	117
O Triángulo das Verduras	117
Paz Nogueira	117

Pazo de Adrán	117
Petiscos	118
Raxería San Marcos	118
Restaurante Vilas	118
Retiro da Costiña	119
Ruta Jacobea	119
San Clemente	119
Toñi Vicente	120
Tránsito dos Gramáticos	120

tapas

A Colleita	123
A Gamela	123
Abellá	123
Abrigadoiro	123
Adega da Muíña	123
Avión	123
Barrigola	123
Bierzo Enxebre	124
Bicoca	124
Cabalo Branco	124
Café Bar Caminante	124
Casa Pepe	124
Casa Rosalía	124
Cibeles	124
Dehesa de Santa María	124
El 13	124
El Pasaje	124
Enxebre	125
Ferro	125
Galeón Toural	125
Iacobus	125
La Bodeguilla de San Lázaro	125
La Bodeguilla de San Roque	125
La Viura. Terras da Rioxa	125
Latino	126
Lizarrán	126
Los Caracoles	126
Los Sobrinos del Padre	126
Mesón Caney	126
Mesón de Lázaro	126
Miami	126
Negreira	126

O'42	126
O Beiro	126
O Filandón	126
O Gato Negro	127
O Orella	127
Raíces Galegas	127
San Clemente	127
San Jaime	127
Taberna do Bispo	127
Tapería Senra	127
Trafalgar	127
Xantares	127
Yunque	127

pastelarias

El Coral	135
Herrma	135
La Canela	135
Mercedes Mora	135
Tábora	135

bocadillos

Coruña	129
El Dubrés	129
Galeón Toural	129
La Gigante	129
Latino	129
O Rei do Bocado	129
Orella	129
Raíces Galegas	129
Rosa Street	129

tendas gourmet

A Colleita	131
A Cesta da Saúde	131
A Un Paso do Ceo	131
A Troia	131
Almirez	131
Carro	131

Casa Sole	131
Cepeda	131
Couceiro	131
Charcutería Seco	132
Churume	131
Establecimientos Álvarez	131
Follas Novas	131
Galería Sargadelos	132
Gallaecia Liber	132
Jamardo	132
La Casa de los Quesos	132
Mercado de Abastos	132
O Beiro	132
Perlas de Arousa	132
Recouso	132
Valladares	132





índice de restaurantes por tipo de cocina

tradicional

A Barrola	103
A Caldeira de Pedro Boteiro	103
A Curtidoría	104
A Tulla	104
Asesino	105
Barrigola	106
Bierzo Enxebre	106
Bocalino	106
Carretas	107
Casa Camilo	108
Casa Ramallo	108
Casa Rosalía	109
Domínguez	110
Don Gaíferos	110
El Estanco del Hórreo	111
El Pasaje	111
El Rincón de Gurpegui	112
El Submarino	112
Enterrúas	112
Fornos	112
Gonzaba	113
Green	113
La Tacita D'Juan	114
Los Sobrinos del Padre	114
O'Botillo	115
O Desvío	116
O Dezaseis	116
O Rodicio da Barcia	116
O Tamboril	117
Paz Nogueira	117
Petiscos	118
Restaurante Vilas	118
Ruta Jacobea	119
San Clemente	119

tradicional con toques de autor

A Casa dos Martínez	103
A Viña de Xabi	104
Azabache	105
Calderón	107
Caney	107
Chef Rivera	109
De Carmen	110
De Profundis	110
O Celme do Caracol	115
O Retiro da Costiña	116
O Picho da Cerca	116
Pazo de Adrán	117
Tránsito do Gramáticos	120

innovadora

Ana	104
Boga	106
Casa Marcelo	108
El Mercadito	111
Toñi Vicente	120

mesón

Casal do Cabildo	109
Mesón do Pulpo	115
Raxería San Marcos	118

española

Asador Castellano	105
El Rincón de Gurpegui (especialidades navarras)	112
Mediterráneo (arrocería)	115
O Tamboril (carta de arroces)	117

internacional

Caney (especialidades árabes)	107
Cien Islas (Chinesa e filipina)	109
Gondola I (Italiana e grega)	113
Crêperie Cre-Cotté	114
L'Incontro (italiano)	113
Madam Ragú	114
O Rodicio da Barcia (rodicio brasileiro)	116

vexetariano

A Tulla (menú vegano)	104
O Triângulo das Verduras	117





índice de restaurantes por prezos

Os prezos indicados son orientativos e poden variar en función do menú (especialmente os mariscos poden encarecelo) e non inclúen bebidas.

ata 15 €

A Tulla	104
Barrigola	106
Casal do Cabildo	109
Cien Islas	109
Entrerrúas	112
Los Sobrinos del Padre	114
O Triángulo das Verduras	117

entre 15 e 25 €

A Caldeira de Pedro Boteiro	103
A Viña de Xabi	104
Bierzo Enxebre	106
Boga	106
Caney	107
Crêperie Cre-Cotté	114
Domínguez	110
L'Incontro	113
Mediterráneo	115
Mesón do Pulpo	115

O'Botillo 115

entre 25 e 35 €

A Barrola	103
A Casa dos Martínez	103
A Curtidoría	104
Ana	104
Azabache	105
Casa Camilo	108
Casa Ramallo	108
De Carmen	110
Gonzaba	113
El Estanco del Hórreo	111
El Rincón de Gurpegui	112
Green	113
O Celme do Caracol	115
O Desvío	116
O Dezaseis	116
O Picho da Cerca	116
O Tamboril	117
Paz Nogueira	117
Raxería San Marcos	118
Ruta Jacobea	119
San Clemente	119
Tránsito dos Gramáticos	120

entre 35 e 45 €

Asesino	105
Asador Castellano	105
Chef Rivera	109
Don Gaiferos	110
El Mercadito	111
El Pasaje	111
Fornos	112
Góndola I	113
La Tacita D'Juan	114
O Rodicio da Barcia	116
Pazo de Adrán	117
Restaurante Vilas	118

máis de 45 €

Casa Marcelo	108
Retiro da Costiña	119
Toñi Vicente	120



**retaurantes
do municipio de
santiago de compostela**

a barrola	rúa do franco, 29	981 577 999	
a barrola II	rúa do franco, 41	981 576 662	
a caldeira de pedro boteiro	rúa de san pedro, 32	981 576 355	
a casa da tortilla	rúa de estocolmo, 217	981 937 059	
a charca	rúa do franco, 32	981 582 652	
a colleita	avenida de ferrol, 9	981 940 950	
a concha de santiago	lugar da lavacolla	981 888 201	
a curtidoría	rúa da conga, 2 - 3	981 554 342	
a despensa da troia	rúa da troia, 9	981 554 546	
a galería	rúa do xeneral pardiñas, 3	981 560 099	
a gramalleira	Rúa dos forniños (a pulleira, n. 550 – km 60)	981 581 486	
a lareira	rúa do vilar, 11	981 576 228	
a nosa terra	rúa das casas reais, 38	981 576 300	
a parada	avenida do mestre mateo, 19	981 521 269	
a roda	rúa de rodríguez de viguri, 7	981 587 050	
a taberna de pancho	rúa das cancelas, 94	981 585 459	
a taverna do ensanche	rúa de santiago de chile, 12	981 590 788	
a terraza do 42	rúa do franco, 50	981 585 975	
a tulla	ruela de entrerrúas, 1	981 580 889	
a viña de xabi	rúa de san pedro de mezonzo, 5	981 940 071	
a vosa casa	avenida de figueroa, 1	981 573 834	
abeiro	rúa dos pelamios, 20	981 581 704	
abellá	rúa do franco, 30	981 582 981	
abril ares	rúa de abril ares, 6	981 575 878	
adega da muíña	rúa da muíña, 56	981 560 952	
aeroporto	aeroporto de lavacolla s/n	981 581 385	
airas nunes	rúa do vilar, 17	981 582 516	
alejandros	centro comercial área central, local 32gh	981 564 447	
algalia 45	rúa da algalia de arriba, 45	981 571 158	
algueirada	lugar do eixo de arriba - santa lucía	981 817 499	
altamira	avenida de rosalia de castro, 127	981 531 563	
ana	rúa do olvido, 22	981 570 792	
anexo vilas	avenida de vilagarcía, 21	981 598 387 / 981 59 86 37	
ángel	rúa de san clemente, 6	981 583 392 / 650 372 972	
ankara	rúa nova de abaixo, 1	981 597 744	
araguaney	rúa de alfredo brañas, 5	981 559 600	
arca da vella	rúa de san clemente 30	981 564 498	
argentina	avenida de rosalia de castro, 12	981 586 071	
arriero	rúa da raíña, 9	981 585 587	
as cancelas	rúa do 25 de xullo, 35	981 580 266	
as mimosas	lugar da ponte de roxos, s/n	981 537 597	
as redes	rúa da raíña, 17	981 576 822	
asador castellano	rúa nova de abaixo, 2	981 590 357	
asesino	praza da universidade, 16	981 581 568	
auditorio de galicia	avenida do burgo das nacións, s/n	981 570 809	
azabache – hotel nh obradoiro	avenida do burgo das nacións, s/n	981 581 634	
balboa	rúa da ponte da rocha, 8	981 521 598	
barazal	rúa da raíña, 2	981 581 037	
barbantes	rúa do franco, 3	981 581 077	
barrigola	avenida de ferrol, 54	881 978 880	
berenguela	rúa de miguel ferro caaveiro, s/n	981 569 400	
bicoca	rúa de entremuros, 4	981 583 898	
bierzo enxebre	rúa da troia, 10	981 581 909	
boa vista	rúa de san pedro, 32	981 584 997	
bodegón de xulio	rúa do franco, 24	981 584 639	
bodegón o santiaguíño	rúa do franco, 29	981 578 065	
boga	rúa dos feáns, local 3b	981 592 227	
bonaval	rúa do medio, 1-2	981 558 883	
botafumeiro	rúa da acibehería, 16	981 584 439	
braseiro	rúa dos basquiños, 83	981 582 702	
brasería marcos	rúa de san lázaro, 97	981 573 220	
buen camino	lugar piñeiro do eixo, 16	981 549 398	
burger king	senra, 13	981 574 031	
buxán	rúa do avio, 9	981 584 781	141
caamaño	rúa do cruceiro do gaio, 8	981 561 677	143
cabalo branco	praza da pescadería vella, 5	981 564 098	145
calderón	rúa da carreira do conde, 8	981 554 356	147
calo	rúa das hortas, 25	981 585 953	149
camiño	rúa do franco, 37	981 586 045	• 151
camiño do francés	avenida do camiño francés, 10	981 588 677	153
campillo de san roque	rúa de san roque, 37	981 578 052	155
camping monte del gozo	estrada aeroporto, km 2 - san marcos	981 558 942	157
			159

caney	rúa de alfredo brañas, 5	981 595 900 / 981 559 603
canguro	rúa de brión, 5	981 597 002
carballed	rúa de san pedro de mezonzo, 30	981 593 490
carballeira	rúa do vilar, 41	981 562 380
carou y blanco	rúa de vista alegre, 58	981 576 686
carpe diem y caserío	rúa dos bautizados, 13	981 585 980
carretas	rúa das carretas, 21	981 563 111 / 609 909 830
casa alejandro	centro comercial área central - local 32 gh	
casa bar agustín	rúa do tambre, 185 (meixonfrío)	981 583 879
casa blanco	avenida do mestre mateo, 2	981 599 510
casa camilo	rúa da raíña, 24	981 584 593
casa carballeira	rúa do castiñeiríño, 72	981 525 648
casa carollo	rúa de san lázaro, 43	981 558 922
casa de amancio	vilamaior, 9 – lavacolla	981 897 086 / 617 628 083
casa de miguel	rúa do restollal, 70	981 597 004
casa elisa	rúa do franco, 36	981 583 112
casa felisa	rúa da porta da pena, 5	981 582 602
casa grande do bachao	santa cristina de fecha, s/n (monte do bachao)	981 194 118
casa lorenzo	sabugueira, s/n (a labacolla)	981 888 326
casa manolo	praza de cervantes, s/n	981 582 950
casa marcelo	rúa hortas, 1	981 558 580
casa otero	rúa de entremuros, 7	981 583 735
casa ourense	rúa do hórreo, 172	981 592 831
casa paredes	rúa das carretas 1	981 557 102
casa román	rúa de san pedro de mezonzo, 26	981 599 522
casa román II	rúa de san pedro de mezonzo, 28	981 599 522
casa rosalia	rúa do franco, 10	981 582 952
casal do cabildo	rúa de san de pedro, 18	981 583 057
castro	lugar de formarís - a sionlla. s/n	981 582 591
central	rúa da raíña, 15	981 589 739
centro empresarial	vía de edison, 1 (polígono do tambre)	981 557 605
cervecería gallega	rúa da acibechería, 5	
cervecería internacional	rúa de montero ríos, 38	981 563 496
cervecería internacional	centro comercial área central, local 24	981 560 547
cgac	rúa de ramón del valle inclán, s/n	981 546 624
chaves	rúa do cardeal payá, 5	981 581403
china ming	avenida de romero donallo, 25	981 593 673
choliñas	rúa da estrada, 28	981 522 658
compostela	rúa das galeras, 32	981 580 904
cotolay	rúa de san clemente, 8	981 573 014
crepêrie cre-cotté	praza da quintana, 1 - 1º	981 577 643
cuatro vientos	rúa de santa cristina 19	
damajuana	rúa algalia de arriba, 45	981 585 907
de carmen	rúa das arribadas, 9	981 943 858
de profundis – hotel monumento san francisco	campiño de san francisco, 3	981 581 634
dehesa de santa maría	rúa de san lázaro, 96	981 937 370
domínguez	rúa do sar, 102	981 565 477
don fernando	rúa do restollal, 39	981 595 367
don gaiferos	rúa nova, 23	981 583 894
don quiote	rúa das galeras, 20	981 586 859
doña ana	rúa de san lázaro, 85	981 576 390
edison	polígono do tambre	981 561 683
el bocalino	rúa da república arxentina, 11	981 566 482
el bombero	rúa do franco 57	981 581 191
el cayado	rúa do franco, 20	981 582 652
el estanco del hórreo	rúa do hórreo, 26	981 563 808
el franco	rúa do franco, 28	981 582 457
el gato con botas	lugar de aldreí (marrozos)	
el jardín	rúa de alfredo brañas, 22	981 589 352
el labrador	lugar de san marcos, 38	981 584 411
el mercadito	rúa galeras 18	981 574 239
el pasaje	rúa do franco, 54	981 557 081
el patio	rúa do franco, 33	981 581 747
el portal	rúa do franco, 44	981 583 947
el puente	rúa do viaducto da rocha, 11	981 520 037
el rápido	rúa do franco, 22	981 584 983
el submarino	rúa do franco, 49	981 584 428
el yunque	rúa das orfas, 27	
enterrúas	ruela de enterrúas, 2	981 586 108
entrevías	rúa de pai da cana, 2 (conxo)	981 521 249
enxebre	praza do obradoiro, 1	981 582 200
espeteira	rúa do home santo, 24	981 575 755

estocolmo	rúa de amor ruibal, 25	981593272	
eulogio	rúa de amor ruibal, 8	981 599 806	
firs	rúa nova de abaixo, 10	981 592 525	
fornos	rúa do hórreo, 24	981 565 721	
galeón toural	cantón do toural, 4	981 586 140	
galicia	lugar de sigüeiro (a barciela)		
gambrinus	praza de fonseca, 1	981 571 020	
gambrinus	doutor maceiras, 21	981 520 499	
garcas	lugar de mourentáns, 2 (lavacolla)	981 888 225	
garum	praciña das penas, 1	981 062 631	
gasthof	centro comercial área central, local 217	981 560 408	
geiser	avenida de rosalia de castro, 100	981 590 618	
giadás	praza do matadoiro, 2	981 587 070	
góndola I	santiago del estero, 7	981 598 348	
góndola II	diego de muros, 1	981 596 446	
gonzaba	rúa nova de abaixo, 17	981 594 874	
gonzález	rúa das galeras, 32	981 582 427	
gran china	fernando III o santo, 14	981 590 462	
gran hotel santiago - restaurante	avenida do mestre mateo, s/n	981 534 222	
granxa do xesto	parque da granxa do xesto, s/n	620 342 254	
green	rúa de montero ríos, 16	981 580 976	
hermo	lugar da susana, 22 (a susana)	981 539 637	
hesperia peregrino - restaurante	avenida de rosalia de castro, s/n	981 521 850	
hong-kong	avenida de rosalia de castro, 25	981 597 626	
hospital clínico universitario - restaurante	rúa da choupana, s/n		
huertas	rúa das hortas, 16	981 561 979	
iacobus	rúa de santiago del estero, 8	981 599 884	
iguazú	rúa de severino riveiro tomé, 8.1	981 520 181	
josé rey	rúa do meixonfrío, 80	981 581 897	
ké komer	rúa da conga, 6	981 586 879	
la bodeguilla de san lázaro	rúa de san lázaro, 104	981 566 607	
la bodeguilla de san roque	rúa de san roque, 13	981 564 379	
la churrasquita	praza de san fiz de solovio, 1	981 582 657	
la codorniz	rúa de alfredo brañas, 15	981 594 173	
la comida	rúa de concepcion arenal, 8	981 571 075	
la criolla	rúa de montero ríos, 10	981 586 940	
la estrada	rúa da estrada, 56	981 594 382	
la finca	avenida de san lázaro, 103	981 580 361	
la fuente	lugar do porto de conxo, 3		
la marmita	rúa de alfredo brañas, 7	981 592 041	
la pajueleira	rúa de sánchez freire, 85	981 524 523	
la posada del romaño	lugar do romaño, 11	981 563 812	
la tacita de juan	rúa do hórreo, 31	981 562 041	
la tagliatella	rúa de frei rosendo salvado, 10	881 939 822	
la tita	rúa nova, 46	981 582 432	
labacolla	lugar da lavacolla, 35		
lagar de lamas	lugar de lamas de laraño, 34	981 537 369	
larada	rúa de varsovia, 10	981 598 790	
las vegas	avenida de rodrigo de padrón, 9	981 575 988	
libeliña	rúa de frei rosendo salvado, 18		
libredón	praza do obradoiro, 1	981 582 200	
los buscadores del camino	avenida de rodríguez de viguri, 17	981 575 191	
los caracoles	rúa da raíña, 14	981 561 498	
los sobrinos del padre	rúa da fonte de san miguel, 7	981 583 566	
maracaná	rúa nova de abaixo, 6	981 596 206	
marconi	vía de marconi, 27 (polígono do tambre)	981 586 689	
maría castaña	rúa da raíña, 19	981 560 137	
marté	avenida de rodrigo de padrón, 11	981 584 905	
mazaricos	rúa de tras do pilar, 7	981 589 370	
mc donald's	área central, pol. fontiñas	981 566 645	
mc donald's	praza de españa (san caetano)		
mediterráneo	avenida de ferrol, 7	981 523 005	
meia pataca	rúa das galeras, 28	981 577 003	141
mercure los abetos	estrada aríns - san lázaro	981 557 026	143
mesón as brañas	avenida san marcos, 48	981 576 752	145
mesón as fontiñas	rúa de parís (esquina rúa moscova)	981 578 130	147
mesón cardama	avenida do cruceiro da coruña , 58	981 570 490	149
mesón de juan	rúa do valiño, 2	981 564 788	151
mesón de lázaro	rúa de san lázaro, 73	981 576 525	• 153
mesón del jamón munín	rúa de santiago de chile, 3	981 594 765	155
mesón do muífeiro	rúa da muíña, 2 (san lázaro)	981 577 742	157
mesón do pulpo	rúa de vista alegre, 57	981 586 416	159

meson el hispano	rúa das ameas, 7	981561850
mesón ferradura	rúa de rosalia de castro 10	981 589 120
mesón muíneira	rúa da ponte nova de vidán, 21	981 521 740
mesón o bigotes	rúa da raiña, 7	981 889 287
mesón o descanso	rúa da torreira, 18	981 578 081
mesón o eixo	rúa de san cristovo, 45 (o eixo)	981 549 568
mesón o xugo	rúa de santa marta de arriba, 1-3	981 524 060
mesón o'riveiro	rúa de touro, 7	981 574 099
mesón rianxeiro	avenida da mestra victoria miguez, 24	981 599 123
mesón sendo	rúa de xoana nogueira, 14	981 594 728
mesón travieso	rúa do home santo, 62	
mesón vega II	rúa da ponte de roxos, s/n	981 537 100
mesón-parrillada el 22	rúa das galera, 22	981 570 962
messala	avenida de rosalia de castro, 57	981 590 099
metro	rúa nova, 12	981 576 538
mi rancho	vía de marconi, 53 (polígono do tambre)	
monroy	rúa da raiña, 13	981 564 609
monte da condesa	rúa de xoaquín díaz de rábago, s/n (campus sur)	981 588 989
monterrey	rúa das fontañas, 82	981 587 069
nápoles	praza de vigo, 4	981 597 185
negreira	san marcos (lugar da rosaleda, 3)	981 561 782
norte-sur	rúa de san clemente, 24	981 563 569
nova galicia	rúa do franco, 56	981 582 799
noya	rúa de san clemente, 3	981 565 869
o'42	rúa do franco, 42	981 581 009
o almacén	lugar do sarela de abaixo, 25	981 523 799
o bo xantar	rúa da torreira, 18	981 563 311
o cantón	avenida de lugo, 2	981 594 939
o carro	rúa do tambre, 121	981 574 097
o celme do caracol	rúa da raiña, 22	981 571 746
o cesto	rúa dos pelamios, 40	981 563 574
o desvío	roxos – villestro (estrada santiago – noia)	981 537 044
o dezaseis	rúa de san pedro, 16	981 577 633
o faladoiro	rúa de mallou de abaixo, s/n	981 580 057
o formigo	rúa do franco, 45	981 565 154
o gato negro	rúa da raiña, s/n	981 583 105
o maracaná	lugar do monte da vila (a peregrina)	981 571 635
o mariñeiro	rúa da rosa, 31	981 599 414
o picho da cerca	rúa da virxe da cerca, 26	981 569 350
o piorno	rúa do franco, 50	981 585 975
o pote	rúa nova de abaixo, 7	981 596 068
o rincón	rúa da algalia de arriba, 21	981 582 402
o rodicio	lugar da barcia, 19	981 537 372
o sótano	rúa do franco, 8	981 562 450
o tamboril	rúa da república arxentina, 5	981 565 485
o triángulo das verduras	praciña das penas, 2	981 577 181
oasis	rúa nova de abaixo, 3	981 597 338
o'botillo	lugar do sisto, 4 (santa lucía)	981 539 834
obradoiro	avenida de raxoi, 2	981 585 034
o'cervo	rúa nova de abaixo, 7	981 592 578
o'noso	rúa da raiña, 22	981 583 924
o'papa-upa	rúa da raiña, 18	981 566 598
oregar	avenida de rosalia de castro, 20	981 580 041
orella	rúa da raiña, s/n	981 582 459
orofía	rúa do home santo, 49	981 580 876
os camiños do tambre	vía de marconi, 16 (polígono do tambre)	981 564 256
os vilasecos	avenida do cruceiro da coruña, 230	981 582 442
o'tangueiro	lg. ponte san lázaro, 10	981 587 026
padrón	lugar do son de abaixo, 3	981 583 702
pajonal	rúa do restollal, 1	981 582 469
pajueleira	rúa de sánchez freire, 81	981 524 523
palacio de congresos	rúa de miguel ferro caaveiro, s/n	981 564 379
ac palacio del carmen	rúa das oblatas, s/n	981 552 444
palacio oriental	rúa de fernando III o santo, 11	981 591 428
pardo	rúa dos salgueiriños de arriba	981 557 354
parís	rúa dos bautizados, 11	981 585 986
parrillada 9 de julio	rúa de santiago de chile, 27-29	981 596 685
parrillada a cabaña	rúa de san clemente, 32	981 595 496
parrillada argentina	avenida de rosalia de castro, 12	981 586 071
parrillada mallo	rúa da ponte do romaño, 65	981 580 880
parrillada o cabazo	rúa das carretas, 15	981 576 487
parrillada otero	costa san marcos, 12	981 564 807

parrillada raúl	Lugar da polveira (a barciela – sigüeiro)	981691372	
parrillada uruguay	rúa da torreira, 2	981 587 712	
pasaje	rúa do franco, 54	981 557 081	
pastoriza	rúa da pastoriza, 2	981 562 507	
paz nogueira	rúa do castiñeirinho, 14-16	981 591 436 - 981 592 016	
pazo de san lorenzo	rúa da carballeira de san lourenzo, s/n	981 552 725	
pedra santa	avenida de san marcos, 18	981 557 415	
periquillo	rúa de san lázaro, 59	981 587 072	
petiscos	rúa de aller ulloa, 7	981 575 368	
pico sacro	rúa de san francisco, 10	981 584 640	
pizza gril	centro comercial área central	981 561 232	
pizza hut	avenida de romero donallo, 13	981 592 211	
pizza móvil	centro comercial área central, local 11	981 560 909	
pizza móvil II	rúa de san pedro de mezonzo, 13	981 596 300	
pizza polo	rúa das casas reais, 27	981 585 656	
pizzaiolo	rúa da rosa, 42	981 596 099	
pizzería piccolo	rúa de frei rosendo salvado, 24	981 590 255	
polígono	vía de galileo, s/n (polígono do tambre)	981 561 933	
polo norte	praza de san miguel dos agros, 2	981 582 461	
porta faxeira	rúa da porta faxeira, 10	981 584 796	
pulpería fuentes	rúa do campo de conxo, 5	981 521 007	
pumar	rúa das galeras, 28	981 563 521	
punto de encontro	rúa de santa marta de arriba, 4-6	981 520 595	
puñal	rúa das galeras, bloque 5- portal 9	981 570 341	
quitamerendas	avenida de lugo, 3-5	981 557 228	
quitapenas II	rúa do sar, 80	981 938 433	
raxería san marcos	avenida de san marcos, 50	981 591 961	
raxoi	avenida de raxoi, 3	981 581 190	
rey	rúa de abril ares, 4	981 584 906	
rey david	rúa de alfredo brañas, 25	981 598 114	
rey de las tapas	rúa das galeras, 16	981 581 638	
rías baixas	rúa das galeras, 30	981 580 775	
ribadavia	rúa do franco, 16	981 584 902	
rincón de gurpegui	rúa de frei rosendo salvado, 15	981 598 178	
rincón do gaiás	rúa da ponte do sar, 12	981 576 085	
rincón do sarela	chouciños (vidán)	981 531 465	
rodeiro	rúa de san pedro, 5	981 575 743	
roma	avenida de romero donallo, 88	981 524 553	
rúa nova	rúa nova, 36	981 582 485 / 981 566 980	
ruta jacobea	lugar da lavacolla, 42	981 888 211	
san antonio	fonte de santo antonio, 4	981 585 835	
san caetano	lugar dos salgueiriños, 14	981 565 049	
san carrodio	avenida do cruceiro da coruña, 16	981 560 401	
san clemente	rúa de san clemente, 6	981 565 426	
san clodio	rúa de san pedro, 26	981 584 997	
san cristof 2	lugar de formarís (a en festa)	981 895 795	
san francisco	campiño de san francisco, 3	981 581 600	
san jaimo	rúa da raíña, 4	981 583 134 / 981 572 257	
san lázaro	rúa do valiño, 2	981 584 344	
san martín	avenida de rosalia de castro, 124	981 521 584	
san paio	lugar da lavacolla	981 888 205	
san roque	rúa do hospitaliño, 7	981 583 750	
sant yago	rúa da raíña, 12	981 582 444	
santa isabel	rúa das galeras, 15	981 575 964	
santa lucía	lugar de piñeiro do eixo, s/n (santa lucía)	981 549 401	
santiago dos	praza de camilo díz baliño, 5 (estación autobuses)	981 587 065	
sexto	avenida de san marcos, 10	981 566 507	
sexto II	rúa da raíña, 23	981 571 407 - 981 566 507	
sixto	rúa do franco 43	981 582 440	
sonenberg	rúa de san francisco, 28	981 574 917	
stop	avenida de lugo, 16	981 590 331	
suso	rúa do tambre, 183	981 571 092	
susos	estrada ao campo de aviación, 63 (san marcos)	981 564 351	141
tambre	rúa de vista alegre, 68	981 580 046	143
tapería senra	rúa da senra, 4	981 576 134	145
tarrío lópez	lugar de noval, 10 (lavacolla)	981 888 266	147
telepizza	avenida de rosalia de castro, 126	981 534 323	149
terra a nosa	rúa nova de abaixo, 5	981 597 354	151
terramar	rúa de santiago de chile, 15	981 598 690	153
tivolino	rúa das galeras, 9	981 577 108	• 155
tixola	rúa da raíña, 20	981 581 392	157
toñi vicente	avenida de rosalia de castro, 24	981 594 100	159

toñito	avenida de rodríguez de viguri, 45	981 582 014
trébol	rúa da raíña, 16	981 583 773
udíño	rúa do hórreo, 96	981 582 508
ultreia	lugar de noval, 45 (lavacolla)	981 888 443
val dubra	rúa da torreira, 55	
víctor	rúa das carretas, 20	981 588 512
vilas	avenida de rosalía de castro, 88	981 591 000 - 981 592 170
virgen de pastoriza	travesa da pastoriza, 6	981 560 601
xacobeo 93	rúa das salvadas, 57	981 573 645
xan grande	rúa do cruceiro, 145	981 582 189
xantares	rúa do franco 40	981 581 198
xuntanza	avenida de rosalía de castro, 86	981 599 170
zascandil	rúa da algalia de abaixo, 23	981 581 134

guía gastronómica santiago de compostela





TURISMO DE SANTIAGO DE COMPOSTELA



guía gastronómica santiago de compostela

