

---

*Vimianzo*  
*Do mar á terra*

---



**REDE  
DE HOS  
TALEI  
ROS**

---

*Receitario*

---



# ÍNDI- CE

## PRATOS CASTREXOS

### 10 CASA SABINA

- Crema de trigo con froitos do mar e da terra
- Queixo fresco con mel e froitos secos

### 14 O RETIRO DE BARBOLES

- Sopa do Castro
- Ensalada de froitos con sopa de leite

### 18 O CASTILLO

- Potaxe castrexa
- Filloa rechea de compota de pera

### 22 PASTORIZA

- Pote de trigo

## MENÚS MEDIEVAIS

### 26 VÍA RÁPIDA

- Cordeiro de Deus
- Torta da Dama

### 30 CASA SABINA

- Garavanzos con peixe de rocha
- Pescada con setas e acelgas

### 34 O RETIRO DE BARBOLES

- Espetada de troitas
- Porco doce
- Castañas cocidas aromatizadas

### 40 O CASTILLO

- Ensalada da Marquesa
- Galiña medieval
- Biscoito de salvado e noces

### 46 PASTORIZA

- Mexillóns de campo
- Pescada en cama de verza
- Follado do bosque do Marqués

## GUÍA GASTRONÓMICA

### 52 MENÚS

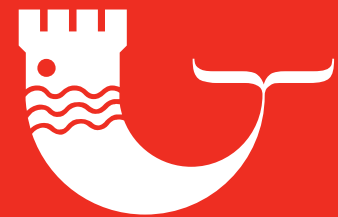
- Casa Sabina
- O Retiro de Barboles
- Restaurante Pastoriza
- Restaurante O Castillo
- Restaurante Vía Rápida

### 53 PINCHOS

- Casa Sabina
- Celme Café
- Casa Landeira
- Café Bar Requeiro
- Quilmes

### 53 VENDA DE PRODUTOS

- Panadería Sampedro
- Panadería Antoxos
- Pan Ignacio



# PRÓ LOGO

*A comida sempre foi un dos piares fundamentais de toda sociedade. Os distintos sistemas produtivos humanos intentaron garantir o alimento, e a forma de satisfacer esa necesidade vital marcou o seu desenvolvemento converténdoa nun verdadeiro motor económico. Pero a comida non só é alimento, senón que tamén representa un acto social en si mesmo. Diferenza grupos sociais e culturas, serve para marcar celebracións e pechar acordos, está suxeita a modas e influencias, xerarquiza alimentos e establece relacións sociais.*

*Toda sociedade come, e os restos desa comida chegan a nós. Disciplinas como a arqueogastronomía: arqueozooloxía e a arqueobotánica, combinadas co estudo de fontes documentais, permítenos achegarnos á dieta dos nosos antepasados. Que comían? Como eran os sabores dos seus pratos? Como foi cambiando a alimentación?*

*Nos últimos anos, estudáronse en Galicia numerosos concheiros, é dicir, acumulacións de cunchas de moluscos que encerran tamén restos de peixes, aves e mamíferos, coma se fosen recolledores de lixo do pasado.*

*Grazas a estas análises, coñecemos mellor a alimentación de antano, pero tamén a relación entre o mar e o home e a súa crecente importancia ao longo dos séculos.*

*O mar sempre xogou un papel de despensa para as sociedades humanas, provendo peixes e mariscos, pero tamén como medio de comunicación e comercio entre sociedades humanas. Polo mar chegaron moitas das influencias culturais que, entre outras cousas, contribuíron a confeccionar a gastronomía da costa galega.*

*O marco deste proxecto permítenos recuperar toda esta información e trasladala aos nosos días. Como sabe un potaxe castrexo? Que comían realmente no Castelo de Vimianzo? Invitámosvos a percorrer esa viaxe no tempo a través da gastronomía e descubrir os sabores do pasado.*

**Víctor Bejega e Eduardo González**  
**ARQUEÓLOGOS**



# RECEI- TARIO

## *“Do mar á terra”*

*Grazas á iniciativa “Do mar á terra” os hostaleiros de Vimianzo traballaron na recuperación de receitas e métodos de cociña de antano, nas que se mesturan a historia, o sabor xenuino e o produto do mar da Costa da Morte. Como resultado do seu traballo, e o asesoramento de expertos arqueólogos e cociñeiros, os restauradores vimianceses ofrecen ao visitante mostras da gastronomía das épocas castrexa e medieval.*

*A continuación preséntanse as receitas que os hostaleiros que conforman a rede turística de “Vimianzo. Do mar á terra” elaboraron especialmente para este proxecto. Os chefs dos establecementos traballaron conxuntamente co cociñeiro Miguel Silvarredonda e contaron co asesoramento dos arqueólogos gastronómicos Víctor Bejega e Eduardo González, para que tanto o menú castrexo coma*

*o medieval que ofertan aos seus visitantes, sexa un fiel reflexo da cociña que consumían os antepasados das Terras de Soneira nas Idades do Ferro e Media.*





# PRA<sub>TO</sub>S CAS- TREX<sub>OS</sub>

*A sociedade castrexa da Idade do Ferro deixou vestixios que en Galicia calaron moi fondo. Arte, lendas, paisaxe... e tamén gastronomía. En Vimianzo, igual que no resto da Costa da Morte, a súa presenza faise patente nos castros e xacementos arqueolóxicos que se atopan a cada paso.*

*A cociña de Vimianzo recupera agora ese sabor dos castros que se poden rastrear na zona: o das Barreiras, os desaparecidos de Castrobuxán, o que se debuxaba no outeiro onde se atopa o Castelo... Faíno a través de pratos*

*que marcan a idiosincrasia da zona como son os guisos, as potaxes, e como non, os pescados e mariscos dos principais portos da zona, coma os de Laxe e Camariñas, de gran calidade xa fai máis de 5.000 anos.*

## **MÁIS CONGRO E MENOS XABARIL**

*A pesares da imaxe que se ten en mente da época castrexa, nin en Vimianzo nin en ningún outro lugar da zona, se alimentaban a base de carne. A sociedade da Idade do Ferro era agrícola, e a súa alimentación conformábase principalmente por vexetais, leguminosas e cereais, ben en gran ou como fariña. Con estes produtos preparaban sobre todo o que*

*coñecemos hoxe en día como “pratos de culler”: guisos, potaxes, papas, sopas... que complementaban con proteínas animais, cun concepto parecido ao que hoxe coñecemos como cocidos ou potaxes. No caso de Vimianzo, pola súa proximidade á costa, as verduras e cereais acompañábanse de moluscos e peixes, ademais de carnes e lácteos.*

*O mar vai ter unha grande importancia na gastronomía da época castrexa, chegando incluso a importar os seus produtos ao interior.*

# CREMA

*de trigo con froitos do mar e da terra*

**Restaurante: CASA SABINA**

***Ingredientes:***

- 1 presa de mexillóns
- 1 orella de porco
- Fariña
- Auga
- Sal
- Alfabaca
- Caldo de ósos

***Elaboración:***

Cocer os mexillóns e despois reservalos. Gardar a auga da cocción.

Preparar a crema coa fariña, un pouco da auga dos mexillóns e sal.

Por outra parte, guisar a orella no caldo. Enfriar e prensar.

Engadir a alfabaca.

Colocar a orella no prato, cubrir coa crema e botar os mexillóns por enriba.

Xa está listo para servir.





# QUEIXO

*fresco con mel e froitos secos*

**Restaurante: CASA SABINA**

***Ingredientes:***

- Leite fresco
- Mel
- Froitos secos  
(noces ou améndoas)
- Sal
- Callo

***Elaboración:***

Mesturar o leite fresco cunhas areíñas de sal e o callo, para así elaborar o queixo.

Despois bater un anaco de queixo cunhas culleradas de mel e froitos secos.

Por último, colocar unhas noces ou améndoas e mel para decorar.





# SOPA

## *do Castro*

**Restaurante:** O RETIRO DE BARBOLES

***Ingredientes:***

- Caldo de ósos
- Fariña de trigo
- Mexillóns
- Verzas
- Fabas
- Chícharos
- Ovas de ourizo
- Avelás
- Ovos

***Elaboración:***

Amasar a fariña de trigo cun pouco do caldo morno e facer un bolo.

Cocer no caldo de ósos 25 minutos a lume medio.

Cando o bolo leve 10 minutos cocendo engadir as verzas cortadas en xuliana. Cocer 5 minutos e incorporar os chícharos e as fabas e deixar cocer 7 minutos máis.

Finalmente incorporar os mexillóns, o ovo e as améndoas tostadas e picadas finas. Cocer 3 minutos máis.





# ENSA- LADA

*de froitas con sopa de leite*

**Restaurante: O RETIRO DE BARBOLES**

**Ingredientes:**

- Uvas
- Moras
- 1 pera
- 1 litro de leite
- Menta

**Elaboración:**

Nun litro de leite cocer entre 5 e 10 minutos e despois deixar arrefriar.

Limpar a froita e cortala en anacos.

Servir cuberta co leite nunha cunca.





# POTAXE

## *castrexa*

*Restaurante:* **O CASTILLO**

### *Ingredientes:*

- 100 gr de cordeiro
- 80 gr de tenreira
- 200 gr de xarda
- 100 gr de maragota
- 100 gr de mexillóns
- 1 presa de verzas
- 100 gr de trigo
- Manteiga de porco
- 2 culleradas de mel
- Sal, romeu e tomiño

### *Elaboración:*

Poñer a cocer o cordeiro e a tenreira en auga coa graxa de porco.

Cando a carne estea cocida, engadir as verzas picadas.

Coa verdura tenra, meter na auga fervendo a xarda e a maragota durante 5 minutos.

Despois, engadir os mexillóns, as ameixas e o trigo e deixar cocer un par de minutos.

Para rematar, botar o mel, o romeu e o tomiño.

Xa está listo para servir.





# FILLOA

## *rechea de compota de pera*

**Restaurante: O CASTILLO**

### **Ingredientes:**

- 2 ovos
- 2 peras
- 4 culleradas de fariña
- Sal
- Auga

### **Elaboración:**

Facer a masa mesturando os ovos coa fariña e a auga.

Despois facer a filloa nunha tixola untada en graxa de porco.

Para a compota, cocer a pera en auga ata que adquira a aparencia de marmelada. A continuación engadir o mel.

Para rematar encher a filloa coa compota de pera e enrolala. Decorar con mel.





# POTE

## *de trigo*

*Restaurante:* **PASTORIZA**

*Ingredientes:*

- Carne de porco ou vaca
- 1/2 quilo de trigo
- 4 ou 5 ramas de fiuncho
- Chícharos
- Sal
- Manteiga de porco

*Elaboración:*

Cocer a carne nun caldo xunto ao trigo.

Aparte, nunha tixola con manteiga de porco, refogar os chícharos. Engadir algo de caldo e triturar con fiuncho.

Verter a salsa resultante nunha cazola de barro xunto coa carne e o trigo.

Unha vez que ferva, xa está listo para servir.





# MENÚS MEDIE- VAIS

*A cociña e a gastronomía medieval vimiancesa, ao igual que ocorre coa súa paisaxe e as súas tradicións, é unha apaixonante combinación de sabores, cores, olores e costumes en torno á mesa, grazas á mestura de culturas da que Vimianzo gozou.*

*O concepto de cociña medieval marcou as pautas da que temos na actualidade. O Imperio Romano foi unha época na que xa se respiraba o interese polo desenvolvemento gastronómico, con novos pratos, innovación... Os romanos deixaron manuais e receitas que chegaron ata o día de hoxe, coma o de Apicio, unha figura como o Ferrán Adriá actual, pero que innovou a cociña romana.*

*Conxugando esa herdanza, máis a árabe, aparece a cociña medieval, con pratos baseados nun só produto, guisos evolucionados, ensaladas... Este pouso medieval será o que dea pé á cociña tradicional galega.*

## INNOVACIÓN CULINARIA

*Se algo caracteriza á comida medieval é o uso de especias e salsas ácidas. Algúns historiadores apuntan a que o emprego destas herbas e mollos debíase á necesidade de ocultar o sabor, ás veces putrefacto, dos alimentos, pois non existía un sistema de refrixeración para conservalos. Por iso é tamén nesta época na que cobran importancia os sistemas de tratamento como o secado, o salgado, o afumado e o escabechado.*

*Cada vez vanse adoitando costumes que hoxe conservamos como as ensaladas antes das comidas, ou que os vexetais acompañen á carne e ao peixe en lugar de ao revés, como se facía na Idade do Ferro. Séguense preparando guisos e sopas, pero xa é habitual atopar pratos a base dun peixe enteiro, moluscos cocidos ou o aproveitamento das sobras en forma de albóndegas ou empanadas.*

## RESERVA DE PEIXE DE ESPAÑA

*O mar sempre está presente na gastronomía vimiancesa, pero na época medieval especialmente, xa que a relixión católica, predominante nese momento, así o impón.*

*Aproximadamente o 20 por cento dos días do ano eran Coresma e non podían consumir carne, polo que o alimento ao que recorren e ao peixe da Costa da Morte. Esta situación vai marcar de forma decisiva o consumo de peixe, tanto a produción nas zonas costeiras como no interior con técnicas de conservación, que sentarán a base da aparición futura da industria conserveira.*

*Laxe e Camariñas, municipios coiraza da Vimianzo, ou a vila de Muxía, toman protagonismo como proveedores de produtos do mar. Van ser nesta época medieval, una parte importante da reserva de peixe de toda España, exportando produtos ao Mediterráneo, a Inglaterra, a Francia... situación que continúa ata hoxe.*



# COR- DEIRO

*de Deus*

**Restaurante: VÍA RÁPIDA**

**Ingredientes:**

- Cordeiro
- 1 vaso de viño
- 1 cebola
- 1 cabeza de allos
- Alfabaca
- Ourego
- 1/2 kg de castañas
- 1 porro
- 1 cenoria
- 1 presa de feixóns
- Chícharos

**Elaboración:**

Un día antes, limpar ben o cordeiro e deixalo adobado con allo e viño.

O día da preparación douralo. Nunha pota engadir o cordeiro coa cebola, o allo, o ourego, a alfabaca e o viño. Logo metelo no forno. Cando estea case cocido, engadir as castañas.

Aparte facer a guarnición con porro, cenoria, fabas e chícharos. Nunha pota con auga, sal e un pouco de graxa, engadir as verduras picadas. Cando estean cocidas, escórrense.

Finalmente, presentar o cordeiro e ao carón, as verduras, cubertas coa salsa do cocemento da carne. Xa está listo para servir.





# TORTA

## da Dama

*Restaurante:* **VÍA RÁPIDA**

*Ingredientes:*

- 1 anaco de pan
- 1/2 litro de leite
- 100 gr de uvas
- 100 gr de manteiga
- 8 ovos
- Mel

*Elaboración:*

Quentar o leite e engadir o pan.

Bater os ovos coa mel.

Nun cazo derreter a manteiga e engadir os ovos xa batidos. Poñer esta mestura nun recipiente xunto co leite e o pan. Reservar.

Aparte, facer o caramelo con mel e auga, co que se untará un molde para engadir a masa reservada. Posteriormente fervelo dentro de auga ata que estea ben cocido.

Servir con nata batida á que se lle engade un pouco de mel, ao gusto.





# GARA-VANZOS

*con peixe de rocha*

**Restaurante: CASA SABINA**

**Ingredientes:**

- 1 kg de garavanzos
- 1 kg de peixe de rocha
- Alfabaca
- 1 rama de aneto
- Coandro picado
- Azafrán
- Xenxibre
- Anís
- Ourego
- 4 gr de pementa
- Mel

**Elaboración:**

Cocer os garavanzos xunto coas diferentes especias (herba doce, aneto, alfabaca, azafrán, xenxibre), todas elas engadidas a media cocción, agás o anís, que se bota ao final e soamente durante 2 minutos.

Por outra parte, adobar o peixe, sen espiñas, con vinagre, pementa, coandro e un chorriño de mel e sal. Deixar arrefriar.

Finalmente engadir os anacos de peixe uns minutos antes de rematar a cocción anterior. Xa está listo para servir cos garavanzos.





# PES- CADA

*con setas e acelgas*

**Restaurante:** CASA SABINA

**Ingredientes:**

- 1 anaco de pescada
- Pementa
- Noces
- Coandro
- Mel
- Vinagre

**Elaboración:**

Facer a salsa da pescada mesturando vinagre, pementa, noces, coandro e mel. É moi importante calcular ben o equilibrio de mel e vinagre. Reservar.

Facer a pescada ao vapor, aínda que tamén se pode facer no forno. De escoller esta opción, debe-rase deixar uns oito minutos a unha temperatura de 85°C.

Por outra parte, saltear as acelgas e as setas.

Colocar as verduras e as setas no fondo do prato, e poñer por riba a pescada cuberta coa salsa que xa se tiña preparada.





# ESPE- TADA

*de troitas*

**Restaurante:** O RETIRO DE BARBOLES

**Ingredientes:**

- 400 gr de troitas
- 2 culleradas de manteiga
- 100 gr de touciño
- 1 vaso de caldo

**Elaboración:**

Cortar o touciño en anacos finos para fritir. Engadir as troitas.  
Fritir todo xunto e xa está listo para comer.





# PORCO

## doce

*Restaurante:* **O RETIRO DE BARBOLES**

*Ingredientes:*

- Carne de porco
- 3 culleradas de manteiga
- 2 cebolas
- 2 culleradas de mel
- Uns grans de pementa negra
- 1 cenoria
- 1 cabaza
- 1 vaso de caldo

*Elaboración:*

Botar a manteiga e o porco nunha cazola de barro.

Deixar dourar e engadir a cebola, a cenoria cortada moi miúda, o mel, a pementa e un vaso de caldo.

Cocer lentamente durante unha hora.

Por outra parte cocer a cabaza en anacos, que servirá de acompañamento.

Xa está listo para servir.





# CASTA- ÑAS

*cocidas aromatizadas*

**Restaurante: O RETIRO DE BARBOLES**

***Ingredientes:***

- 600 gr de castañas
- 1 litro de aceite
- Anís
- Menta

***Elaboración:***

En primeiro lugar sacar a pel ás castañas para a continuación metelas nunha cunca cun litro de leite, o anís e a menta.

Cocer todo.

Servir frías.





# ENSA- LADA

*da Marquesa*

**Restaurante:** O CASTILLO

**Ingredientes:**

- Leituga
- Escarola
- Cebola
- Achicoria
- Cenoria
- Uvas
- Alfabaca
- Noces
- Vinagre
- Sal
- Mel

**Elaboración:**

Colocar nun prato os ingredientes que compoñen a ensalada, ben repartidos para que se vexa a gran mestura de cores.

Aliñar co sal e coa mestura de vinagre e mel.

Servir.





# GALIÑA

*medieval*

*Restaurante:* **O CASTILLO**

*Ingredientes:*

- 2 ou 3 anacos de galiña
- 1 porro
- 4 cebolas
- 3 cenorias
- 1 presa de verzas
- Coandro
- Alfabaca
- 1 presa de améndoas
- 1 presa de noces
- 1 ovo
- Sal

*Elaboración:*

Cocer a galiña durante unhas dúas horas para que estea ben feita.

Cando empece a estar tenra engadir as cebolas e as cenorias enteiras e o porro picado en anacos grandes. Un pouco máis tarde botar as verzas enteiras.

Facer unha salsa co ovo e a améndoa esmagada.

Unha vez empratado e aliñado coa salsa, decorar coa alfabaca, o coandro e as noces.





# BIS- COITO

*de salvado e noces*

**Restaurante: O CASTILLO**

**Ingredientes:**

- 200 gr de salvado
- 150 gr de noces picadas
- 2 ovos
- 2 culleradas de mel

**Elaboración:**

Bater os ingredientes todos xuntos.

Meter nun molde e deixar no forno durante 15 minutos.

Servir frío e acompañado de leite de amêndoa.





# MEXI-LLÓNS

*de campo*

**Restaurante: PASTORIZA**

**Ingredientes:**

- 1 dúcia de mexillóns (unha ración)
- Tomiño
- Aneto
- Fiucho
- Perexil
- Pementa

**Elaboración:**

Cocer os mexillóns en auga con todas as herbas.

Listo para servir.





# PES- CADA

*en cama de verza*

**Restaurante: PASTORIZA**

**Ingredientes:**

- 1 lombo de pescada
- 2 espárragos trigueiros
- 1 presa de amêndoas
- Alfabaca
- 1 cenoria
- 1 folla de verza
- 4 dados grandes de cabaza
- Manteiga
- Mel

**Elaboración:**

Escaldar a folla de verza, colocar o lombo de pescada enriba con sal e cubrir coa verza. Cocer ao vapor, e aparte escaldar os espárragos e a cabaza. Reservar.

Agora facer un caldo de peixe fervendo a cabeza da pescada con perexil e cenoria. Cun pouco deste caldo, mesturar a amêndoa e a alfabaca e posteriormente triturar.

A continuación, saltear a cabaza en manteiga de porco e mel.

Cubrir a pescada coa salsa resultante do caldo e, ao seu carón, colocar a cabaza con mel e os espárragos que había reservados.

Listo para servir.





# FO- LLADO

*do bosque do Marqués*

**Restaurante: PASTORIZA**

***Ingredientes:***

- 150 gr de fariña
- 2 ovos
- Auga
- Sal
- Mel
- 1 anaco de queixo fresco
- 1 presa de noces
- 1 presa de uvas
- 1 presa de moras

***Elaboración:***

Para facer o follado bater ben os ovos, a fariña e a auga cun chisco de sal e mel. Unha vez feita esta masa, untar a tixola con manteiga e facer o follado.

Por outra parte, bater o queixo fresco. Pinta coa crema resultante o follado. Logo, engadir as noces, as uvas e as moras, cubrindo cun chisco de mel para decorar.

Listo para servir.





# GUÍA GASTRONÓMICA



## MENÚS

### CASA SABINA



Rúa Blanco Rajoy, 25  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 716 158  
casa.sabina@hotmail.com

### O RETIRO DE BARBOLES



Castro, 22  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 717 176  
www.oretirodebarboles.com

### RESTAURANTE PASTORIZA



Rúa Banco Rajoy, 77  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 716 110  
www.casapastoriza.com

### RESTAURANTE O CASTILLO



Rúa Torre, 43  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 716 015

### RESTAURANTE VÍA RÁPIDA



Rúa Blanco Rajoy, 14  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 716 005

## PINCHOS

### CASA SABINA



Rúa Blanco Rajoy, 25  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 716 158  
casa.sabina@hotmail.com

### CELME CAFÉ



Rúa Antonio Vázquez Mouzo, 27  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 716 370

### CASA LANDEIRA



Quintáns de Treos, 56  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 731 434  
casalandeiracrg@gmail.com

### CAFÉ BAR REQUEIRO



Rosalía de Castro, 7  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 717 317

### QUILMES



Rúa Blanco Rajoy, 32  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 716 658  
www.quilmesvimianzo.net

## VENDA DE PRODUTOS

### PANADERÍA SAMPEDRO



Tras Muíño, 2  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 717 097

- Empanada castrexa
- Bolo lonxevo
- Biscoito medieval

### PANADERÍA ANTOXOS



Rúa Blanco Rajoy, 22  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 716 543

- Empanada de mexillóns
- Biscoito de amendoas

### PAN IGNACIO



Rúa Castelao, 14  
15129 Vimianzo (A Coruña)  
Tlf: 981 716 267  
www.panignacio.com

- Trenza de pan de trigo do país e centeo
- Empanada de trigo de vieiras
- Biscoito de castañas



**EDITA**

Concello de Vimianzo

**DESEÑO, TEXTO E IMAXES**

Aporta Comunicación

**COORDINACIÓN DE EDICIÓN**

Abertal Networks

**DEPÓSITO LEGAL**

C 2006-2013

**IMPRIME**

Globalgraphic

Prohibida a reprodución total ou parcial desta obra mediante impresión, fotocopia microfilm ou calquera outro sistema sen permiso por escrito do autor e sen citar ao mesmo.



*A elaboración do recetario de “Vimianzo. Do mar á terra”  
foi posible grazas á dirección técnica do Grupo de  
Arqueomalacoloxía da Universidade de León, formado polos  
investigadores Víctor Bejega e Eduardo González.  
Ademáis contou co asesoramento gastronómico  
do cociñeiro Miguel Silvarredonda,  
responsable da Aula de Cociña Portomuiños*

O Concello de Vimianzo agradece a todos os establecementos de hostalaría que colaboraron nesta viaxe aos sabores do pasado e a súa participación na confección desta guía gastronómica.

Esta publicación forma parte do proxecto “Vimianzo. Do mar á terra”, promovido polo Concello de Vimianzo e financiado por fondos europeos a través do **Grupo de Acción Costeira, GAC 3**.





[www.sctia.gal/tema/28](http://www.sctia.gal/tema/28)  
Europa inviste na pesca sustentable



UNION EUROPEA

Fondo Europeo de Pesca

[www.domaraterra.com](http://www.domaraterra.com)



MINISTERIO  
DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN  
Y MEDIO AMBIENTE



XUNTA DE GALICIA  
CONSELLERÍA DO MEDIO RURAL  
E DO MAR



CONCELLO  
J. VIMIANZO