

Gastronomía EN OSCOS-EO

Índice

1. SABORES CON IDENTIDAD
2. PLATOS TÍPICOS QUE NO TE PUEDES PERDER
3. EXPERIENCIAS GASTRONÓMICAS: VISITAS, CATAS Y TALLERES
4. DÓNDE COMER
5. NO TE PUEDES PERDER
6. INFORMACIÓN PRÁCTICA



Sabores con identidad

Oscos-Eo sabe a monte, a mar, a río y a tradición. Carnes criadas en libertad, cultivos de temporada, miel, castañas y quesos artesanos se transforman en platos con alma. En estas tierras de encuentro, la cocina se nutre de siglos de vida rural y de una forma de hacer que ha pasado de generación en generación. Comer aquí es saborear lo auténtico, lo cercano, lo que se cuida de verdad.



Platos típicos que no te puedes perder

CARNES, PESCADOS Y MARISCOS

EMBUTIDOS ARTESANOS Y QUESOS

COCIDOS TRADICIONALES

REPOSTERÍA



Carnes, pescados y mariscos

Ternera asturiana, cerdo, pescados, mariscos y la ostra del Eo

La carne es reconocida por su calidad y sabor excepcional, en particular la carne de vacuno, cuenta con la certificación de Indicación Geográfica Protegida (IGP), lo cual te asegura que lo que estás disfrutando realmente es carne de alta calidad.

Especialmente la de vacuno, suele ser tierna, jugosa y llena de sabor, gracias a las razas autóctonas y a las técnicas de crianza tradicionales. También destacan productos derivados del cerdo, muy apreciados en la gastronomía local.

La cercanía al Cantábrico y las técnicas tradicionales de pesca contribuyen a que los pescados y mariscos sean frescos, muy sabrosos y de buena calidad. Especialmente relevante es la ostra, cultivada en la propia ría del Eo, con certificación ecológica que avala su calidad.

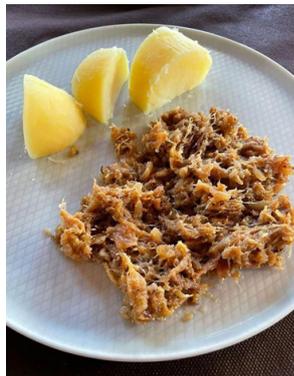


Embutidos artesanos y quesos

Chorizos, jamones, os roxóis

Pequeñas joyas curadas con calma. Los roxóis, carne de cerdo con grasa cocinada muchas horas lentamente y escurrida.

En Taramundi, la tradición quesera se mantiene viva con variedades artesanas como el queso azul, de cabra, con frutos secos o requesón.



¿Dónde probarlos o comprarlos?

Muchos de estos sabores auténticos se encuentran en pequeños comercios locales, carnicerías de pueblo o en los mercados semanales de la comarca.

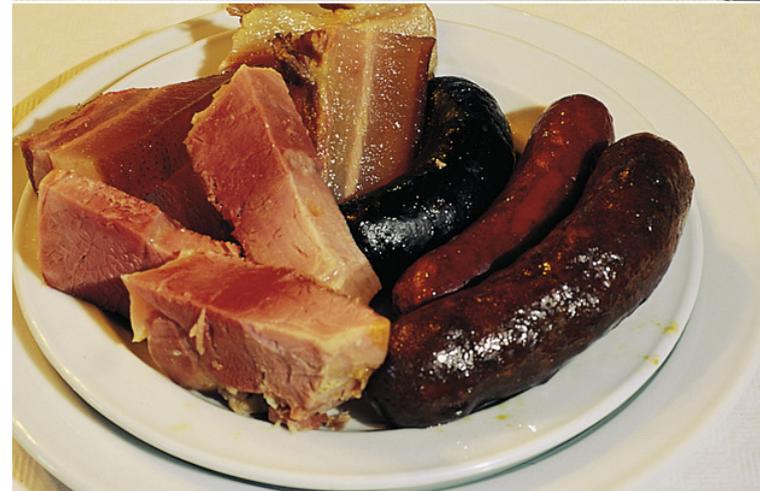
Algunos, como los roxóis, solo se degustan en restaurantes durante la temporada de matanza. También puedes descubrir quesos artesanos en visitas a queserías con degustación.



Cocidos tradicionales

Caldo de rabizas, fabada, callos, compango y matanza

Platos de cuchara que saben a invierno, fuego lento y matanza. En muchas casas aún se preparan como antaño.



Repostería

Freixolos, (también conocidos como cereixolos) requesón, bizcochos caseros, arroz con leche

La repostería aquí es humilde y deliciosa. Hecha con huevos del corral, leche recién ordeñada y manos que lo saben todo. El aroma de un bizcocho de pueblo o unos freixolos al anís es parte del viaje.



Experiencias gastronómicas: festivales, visitas, catas y talleres



CASTROPOL

Festival Gastronómico "Somos la Ostra"

Cada puente de mayo, Castropol celebra este evento gastronómico, se trata de un festival único en Asturias, que tiene en la ostra cultivada en el Eo a su principal protagonista. Además de las degustaciones de ostras, podrás disfrutar de numerosas actividades que complementan un programa de lo más apetecible
somoslaostra.com



SAN TIRSO DE ABRES

Feria de exaltación de las roscas

En esta Feria se rinde homenaje a este postre esponjoso y aromático, elaborado con recetas familiares. Degustaciones, venta directa y el ambiente acogedor del pueblo convierten esta cita en una delicia para golosos y curiosos del sabor local.



SANTA EULALIA DE OSCOS

Artesanamente

Esta empresa ofrece numerosos cursos y talleres para aprender de forma fácil y divertida a elaborar auténticos productos artesanos como la cerveza, miel, productos cosméticos, ... aplicando sencillas técnicas que utilizaban nuestros antepasados. Descubre aquí todos los cursos y talleres disponibles:



Más información:



SANTA EULALIA DE OSCOS

Duxemiel

Con esta empresa podrás realizar la actividad de apiturismo, donde descubrirás el apasionante mundo de las abejas, conociendo todos los individuos de la colmena; sus trabajos, organización y cómo elaboran los diferentes productos, sus amenazas y la importancia que tienen para nuestro planeta. Finalizan la actividad con una cata, en la que degustarás nuestras mieles, polen, propóleo y jalea real.



Más información:



SANTA EULALIA DE OSCOS

Ganadería Viduedo – Tradición ganadera

La **Ganadería Viduedo** trabaja con razas autóctonas asturianas, especialmente **vacuno de carne** y **ganado menor**, en un entorno de montaña donde el bienestar animal y el manejo sostenible son prioritarios. Su modelo familiar apuesta por la calidad, la crianza en libertad y la vinculación directa con el territorio. Una muestra viva del valor de la **ganadería extensiva** en la Reserva de la Biosfera.



Más información:



TARAMUNDI

Quesería Taramundi

Visita a la quesería para conocer el proceso de elaboración de quesos artesanales utilizando leche de ganaderías locales. Una oportunidad para degustar y adquirir productos locales.



TARAMUNDI

Feria del queso y productos locales

Taramundi se convierte en escaparate de los sabores del territorio, reuniendo a pequeños productores que ofrecen quesos artesanos, embutidos, pan, miel, dulces y sidra. Una cita para conocer, probar y llevarse a casa el sabor auténtico de la comarca, en un pueblo que es símbolo del saber hacer rural.



VEGADEO

Mercado de Vegadeo

Cada sábado, el mercado de Vegadeo llena el recinto ferial de vida y sabor. Productos locales, huerta, artesanía y alimentación en un ambiente auténtico que reúne a vecinos y visitantes.



VILLANUEVA DE OSCOS

Fabeo

Sumérgete en la auténtica vida rural visitando esta finca de productores de Faba Asturiana IGP ubicada en Abres. Esta experiencia única te permitirá conocer de primera mano el proceso de siembra, recolección y selección de la preciada faba asturiana, una joya de la gastronomía local.



VILLANUEVA DE OSCOS

Ecomuseo del Pan

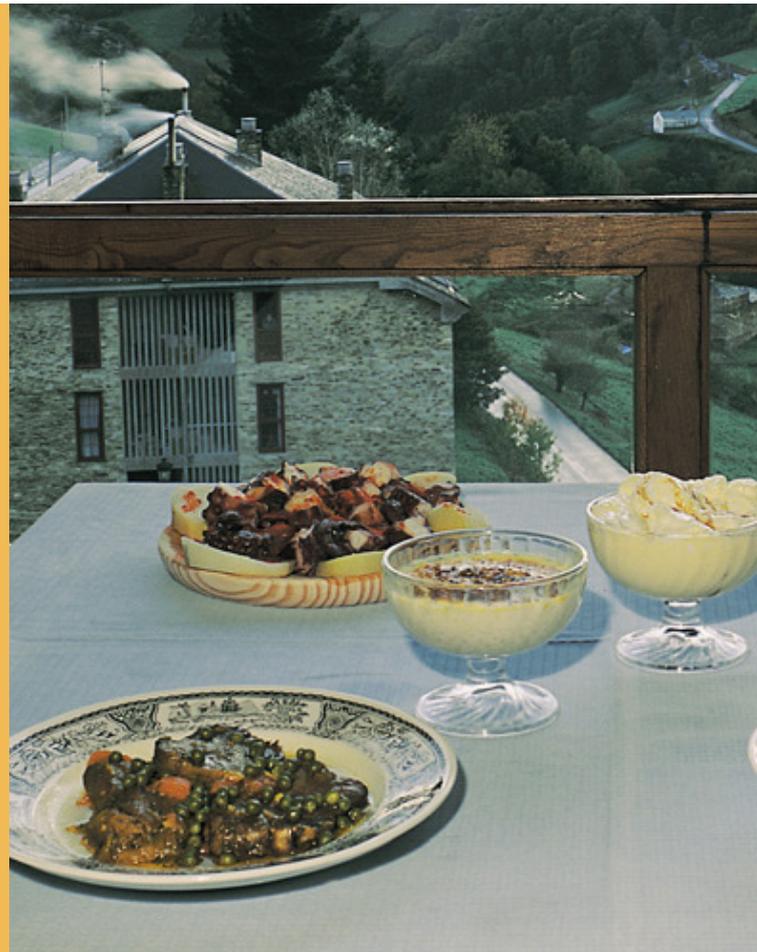
Descubre el ciclo completo del pan: desde la siembra del cereal hasta la cocción. Una inmersión en la elaboración tradicional del pan en un entorno museístico.



Dónde comer

En Oscos-Eo, cada comida es una forma de conocer el territorio. Desde casas de comida familiar hasta mesones con parrilla o propuestas innovadoras, la comarca ofrece cocina auténtica y productos de cercanía. Esta selección incluye algunos de los lugares donde saborear la tradición. Si estás en ruta, no dudes en preguntar: los mejores platos, a veces, se descubren sin buscarlos.

Donde comer



No te puedes perder

LOS ARÁNDANOS

de Taramundi, Castropol, Vegadeo y Los Oscos

Cultivados en fincas locales. Frescos o en mermelada, son fruta de temporada con sabor a montaña.

LA OSTRA

cultivada en la ría del Eo – Castropol

Frescas, salina y única. Un bocado que resume el alma marina de la comarca.

EMBUTIDOS DE LA MATANZA

Curados al aire puro, intensos, con raíces profundas en la vida rural.

LA FABADA Y EL CALDO DE RABIZAS O BERZAS

Platos de cuchara reconfortantes, sabrosos y estacionales. Mejor si se comparten con pan casero.

LA CARNE DE VACA CRIADA EN LIBERTAD

Guisada, al horno o a la brasa. Cachopos, chuletón y ternera guisada, con sabor a campo.

LA REPOSTERÍA TRADICIONAL

Freixolos, arroz con leche, bizcochos o requesón: dulces caseros que huelen a cocina de abuela.

LA MIEL

Densa, aromática y natural. De brezo o castaño, cosechada entre colmenares y bosque.

LA SIDRA

En Taramundi, en la Sidrería Solleiro se elabora sidra natural en llagar propio, el Llagar de Pin. Se trata de una sidra elaborada con manzana de producción propia integrada en la Denominación de Origen Protegida Sidra de Asturias.

Información práctica

Información práctica para resolver cualquier duda durante tu estancia.

OFICINA DE TURISMO DE CASTROPOL

Ayuntamiento: Pl. del Ayuntamiento, 1

Oficina de Turismo: Pl. del Ayuntamiento

985 635 001 / 684 602 408

oficinadeturismo@castropol.es

www.castropol.es

OFICINA DE TURISMO DE SAN MARTÍN DE OSCOS

Ayuntamiento: Plaza de las Infantas, s/n

Oficina de turismo: Carretera General, s/n

985 62 60 00 / 615 37 57 01

ayuntamiento@sanmartindeoscosc.es /

turismo@sanmartindeoscosc.es

www.sanmartindeoscosc.es

OFICINA DE SAN TIRSO DE ABRES

Ayuntamiento: Avda. de Galicia, s/n

Oficina de turismo: Antigua casa de cultura

Avenida general Aranda s/n

985 634 402 / 613 161 732

administracion@santirsodeabres.es

santirsotur2@hotmail.com

www.santirsodeabres.es

OFICINA DE TURISMO DE SANTA EULALIA DE OSCOS

Plaza de Sargadelos, s/n

985 626 032 / 985 621 261

ayuntamiento@santaetulaliadeoscosc.es /

turismosantalla@yahoo.es

www.santaetulaliadeoscosc.es

OFICINA DE TURISMO DE TARAMUNDI

Calle Solleiro, 14

985 646 877

turismo@taramundi.net

www.taramundi.es

OFICINA DE TURISMO DE VEGADEO

Plaza del Ayuntamiento, s/n

624 126 706 / 985 634 022

oficinaturismo@vegadeo.net

www.vegadeo.es

OFICINA DE TURISMO DE VILLANUEVA DE OSCOS

Ayuntamiento: Plaza del Ayuntamiento, s/n

Oficina de turismo: Ecomuseo del Pan

985 62 60 84 / 686 422 446

oficinadeturismo@villanuevadeoscosc.es

www.villanuevadeoscosc.es

Alojamientos

Dormir en Ocosingo es descansar rodeado de tranquilidad. Casas rurales, hoteles familiares, campings y alojamientos con encanto integrados en la naturaleza te esperan.

Consulta aquí el listado completo:



Restaurantes

La gastronomía forma parte esencial del viaje. En la comarca podrás saborear platos caseros, productos locales y recetas tradicionales servidas con hospitalidad.

Consulta aquí el listado completo:





Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO
DE ESPAÑA



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Principado de
Asturias

Consejería de Presidencia,
Reto Demográfico,
Igualdad y Turismo



Ceder oscos-eo
Centro para el desarrollo de la
Comarca Natural Oscos-Eo