

GASTRORUTAS POR LOS PIRINEOS

Txusma Pérez Azaceta - Eduardo Viñuales - César Barba

Prólogo de
MARTÍN BERASATEGUI

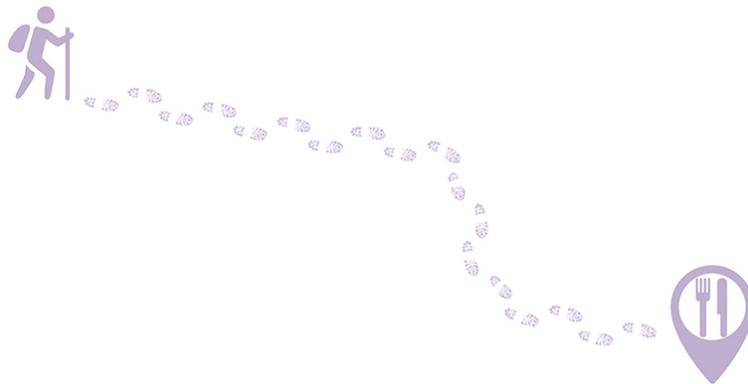




GASTRORUTAS POR LOS PIRINEOS

Txusma Pérez Azaceta - Eduardo Viñuales - César Barba

Prólogo de
MARTÍN BERASATEGUI



ECOS
TRAVEL BOOKS



Prólogo de Martín Berasategui



Llevo 46 años dedicado en cuerpo y alma a lo que más me gusta en el mundo, cocinar, y siempre he sido un entusiasta del trabajo en equipo y de los grupos cohesionados por el buen hacer y la camaradería. Y en este libro hay mucho de eso, una iniciativa de tres periodistas, tres amigos que desde hace muchos años se dedican a ir montaña arriba, montaña abajo por todo el Pirineo. Y que han decidido unir esfuerzos para dar a conocer un puñado de rutas por la cordillera, acompañada cada una de ellas de los productos gastronómicos enraizados en cada territorio y, como no, de los restaurantes, fondas y mesones donde reponer fuerzas, sentados frente a un plato de las mejores especialidades locales. La propuesta es sencilla y honesta, salir de excursión por el Pirineo navarro, aragonés o catalán, y coronar el paseo con una comida a pie de montaña. Y si la ocasión se presta, conocer y volver a casa con alguno de los productos artesanales que nos regalan estos montes, desde quesos y cuajada elaborados con mimo, a pacharán y vinos de pequeños productores, pasando por embutidos de tradición local u hortalizas ecológicas. Ya me gustaría tener su suerte y, aprovechando una ruta por la montaña, ir a descubrir locales auténticos, esos restaurantes de trato familiar que reseñan en el libro, que te sorprenden con una cocina de toda la vida basada en productos

de su propia granja, conocidos únicamente por la población local, pero con una calidad sobresaliente. Por lo pronto me conformo con mis paseos matinales con amigos por los alrededores de mi casa en el pueblo Lasarte-Oria o por la costa de San Sebastián. Siempre he sido un aficionado de salir al monte y de los paseos por la montaña, pero hoy los fogones ocupan la mayor parte de mi tiempo y ahora hace años que no me acerco por Otsagabia o Belagua, parajes del norte de Navarra que solía frecuentar y hoy echo de menos.

Me gustaría desearles mucha suerte con estas “gastrorutas”. Siempre he sido partidario de todo aquello que se acerca a la tierra, que rebusca en el territorio propio para proponer nuevas ideas, de las materias primas nobles y los fondos de puchero de toda la vida. Y eso es lo que veo en este libro, apego a la tierra y conocimiento del territorio, en este caso los Pirineos, sus caminos, sus olores, sus productos, sus gentes, su cocina.

Martín Berasategui .

Introducción



La guía que tienes en tus manos, escrita por tres conocedores de la naturaleza y los paisajes de los Pirineos, te llevará paso a paso al deleite de los caminos y del paladar. Podrás sacarle el jugo antes, durante e incluso después de echarte a andar. Es un libro para disfrutar de la plenitud de las montañas pirenaicas, y también del sabor de la buena mesa.

Esta guía de 30 excursiones es en primer lugar una invitación a andar o a pasear por caminos y senderos naturales, sin dificultades, buscando siempre los paisajes más bellos y reconocidos de la vertiente sur de la cordillera, que salpican tierras de Navarra, Aragón y Catalunya. Pero a su vez constituye una sugerente invitación a descubrir, a sentir, a tocar, a escuchar, a oler... y más especialmente a

degustar el sabor de los Pirineos. Porque cada una de las rutas seleccionadas va acompañada de un producto gastronómico local, que forma parte de la esencia de estos parajes, de sus pueblos y de las gentes que habitan los escenarios que nos acogen. Son alimentos artesanales, de elaboración local, que permiten conocer las costumbres y sabores del lugar, y constituyen un gustoso recuerdo de la ruta propuesta.

El libro también propone restaurantes con encanto, pensados como el mejor colofón para cada una de las excursiones y paseos, donde podremos degustar las delicias de la gastronomía local, que suele combinar sabiamente la cocina tradicional -recetas transmitidas de generación en generación- con ingredientes y elaboraciones de vanguardia.

Así, se recogen 30 productos agroalimentarios diferentes y variados: desde las setas silvestres, a las carnes de la ganadería de montaña, pasando por los frutos de la huerta, los vinos... o los dulces y postres elaborados de forma artesanal. Y en cada parada queda espacio para reseñar entre uno y tres restaurantes, destacando sus especialidades, sus mejores platos, los precios de sus menús y la forma de contactar para reservar o para llegar hasta su puerta.

Digamos que este libro combina dos partes importantes de las señas de identidad de los territorios pirenaicos: una naturaleza formidable y los secretos mejor guardados de la gastronomía local. Se trata en definitiva de una obra ideal para darse el gusto de andar por sitios bonitos y disfrutar de la cocina pirenaica.

Los recorridos que aquí se reseñan son, en general, fáciles para casi todas aquellas personas habituadas a salir por el

monte. Están repartidos aquí y allá a lo largo de toda la cordillera pirenaica. Muchos de ellos incluso son ideales para ir con niños, en familia. Y están pensados también para quien recorra los Pirineos en moto, en bici o en coche y que en un momento dado decida parar en un paraje natural privilegiado con el fin de reposar, de descubrir un bello sendero y a la vez de probar la gastronomía típica de cada comarca.

Todas estas rutas a pie aparecen descritas minuciosamente, y van acompañadas de una ficha práctica que detalla las claves precisas para saber dónde está el punto de inicio de la excursión, cual es la distancia, el tiempo a invertir y el desnivel que hay que superar. Se adjunta, además, un mapa detallado que nos orientará por dónde discurre la ruta.

¿Hay mejor propuesta o experiencia para el tiempo de ocio que dar un bonito paseo entre montañas, lagos, valles y bosques... y al medio día o a la tarde- noche sentarse a reponer fuerzas con un plato típico de la zona?

Bienvenidos a este viaje por los Pirineos. Que ustedes gusten y degusten este paraíso natural repleto de delicias y buen hacer.

Localizador y sumario



PIRINEO CATALÁN

- 1** Camino de Ronda entre Tamariu y Aigua Xelida. **BAIX EMPORDÀ**
- 2** El Cap de Creus desde las alturas. **ALT EMPORDÀ**
- 3** Ruta de las pozas de Santa Pau. **GARROTXA**
- 4** Gargantas del Freser. **RIPOLLÈS**
- 5** Estany de Malniu. **CERDANYA**
- 6** De Arsèguel al Coll de Jou. **ALT URGELL**
- 7** Entre prados y cascadas del Pla de Boavi. **PALLARS SOBIRÀ**
- 8** El Vall d'Ora. **SOLSONÉS**
- 9** Estany de Moncortès. **PALLARS SOBIRÀ**
- 10** Ruta panorámica por el Pla de Beret. **VAL D'ARAN**

PIRINEO ARAGONÉS

- 11** Pasarelas de Montfalcó. **TOLVA**
- 12** Forau y cascada de Aigüalluts. **BENASQUE**
- 13** La Peña Montañesa. **EL PUEYO DE ARAGÜÉS**
- 14** Miradores de la Garganta del Yaga. **TELLA-SIN**
- 15** Cascadas del valle de Ordesa. **TORLA-ORDESA**
- 16** Iglesia mozárabe del despoblado de Susín. **BIESCAS**
- 17** El bosque mágico del Betato. **TRAMACASTILLA DE TENA**
- 18** Valle de Aísa a los pies del pico Aspe. **AÍSA**
- 19** De la Selva de Oza a Aguas Tuertas. **ECHO**
- 20** Pasarelas del Vero. **ALQUÉZAR**

PIRINEO NAVARRO

- 21 Monte Lakhura. ISABA**
- 22 Cascada de Orkatua. ORONZ**
- 23 Vuelta al monte Orhi. OTSAGABIA**
- 24 Monte Urkulu. ORBAITZETA**
- 25 Monte Mendixuri. BURGUETE**
- 26 Pico Alba. ELIZONDO**
- 27 Embalses de Leurtza y monte Soratxipi. DONAMARIA**
- 28 Vuelta al monte Azkar. URDAX**
- 29 Monte Manddale. BERA**
- 30 Vuelta a Peñas de Aia. OIARTZUN / GIPUZKOA**

Gastrorutas por el PIRINEO CATALÁN



RUTA 1

Tamariu (Baix Empordà)

Camino de Ronda de Tamariu a Aigua Xelida

FICHA DE LA RUTA

- **TIPO DE RECORRIDO:** Ruta circular. Ida por el Camino de Ronda y vuelta por los bosques de Els Comals.
- **PUNTO DE INICIO Y FINAL:** Carrer de la Riera de Tamariu. Se llega desde Palafrugell por la GIV-6542.
- **DISTANCIA:** 7 km
- **TIEMPO:** 2 h 15 min
- **DESNIVEL:** 350 m
- **LOCALIZACIÓN:** [Gmap](#)



Este tramo de litoral ampurdanés permite disfrutar de uno de los recorridos más bonitos de la Costa Brava, con paradas obligadas en la cala de Aigua Xelida y el mirador de Gispert, para acabar reponiendo fuerzas en uno de los restaurantes situados en la misma playa de Tamariu.

Iniciamos la ruta en el Carrer de la Riera, de espaldas a la playa de Tamariu, y giramos a la derecha por el Carrer dels Pescadors, siguiendo los rótulos en dirección Begur. La misma calle gira a la derecha y sube hasta unas escaleras indicadas con flechas de pintura blanca, por las que bajamos para salir al Carrer de Malaespina. Hacia la izquierda volvemos a bajar otras escalas hasta el Carrer d'Illa Negra, donde seguimos a la derecha. Después de un giro cerrado, unas nuevas escaleras nos llevan a un callejón

sin salida donde finalmente vemos las últimas escaleras que llevan al inicio del Camino de Ronda de Tamariu que, aunque cueste creerlo, no tiene un acceso señalizado. El camino, protegido por barandillas de madera, empieza a recorrer este hermoso tramo de costa.



Avanzamos entre pinos y rocas hasta Es Castellet, donde un mirador deja ver buena parte del litoral hacia el sur. Bajamos unas escaleras y continuamos bordeando la costa. Al llegar al Cap de Lleó divisamos la costa escarpada hacia el norte, con algunos ejemplares de pinos que luchan por sobrevivir aferrados los acantilados. Nos adentramos hacia

el interior por una calle que bordea una urbanización y, pasada cala Sorellera, llegamos a Aigua Xelida, una bahía formada por varias playas minúsculas. Bajamos a una pequeña cala conocida como Platja Gran, a pesar de que tiene poco más de 10 metros de ancho, con una caseta a pie de playa. Es la barraca del Hermós (Sebastià Puig), un pescador que aparece en una placa fotografiado con Josep Pla. La placa se hace eco de la amistad entre Pla y Hermós, que vivía aislado de la civilización. Más adelante vale la pena asomarse a las rocas y acantilados que rodean Aigua Xelida, lo que permite descubrir pequeñas playitas escondidas y pasillos marinos ocultos entre la roca. Continuamos por el Camino de Ronda y antes de dejar atrás este bello paraje, vemos la aguja de Aigua Xelida, una roca afilada que emerge desde el agua. Unos metros más y aparece Sa Roncadora, una grieta en la roca con una profunda entrada del mar. Los días de temporal de levante, las olas remontan la grieta y, al chocar con las rocas, salen lanzadas, produciendo un ruido característico (de allí el nombre Roncadora) y levantando una nube de espuma y agua.

Seguimos ahora unos palos pintados de amarillo, que nos llevan a cala Marquesa, que bordeamos desde las alturas. Los postes conducen después hasta unas escaleras con barandilla de madera, que llevan al mirador de Aigua Xelida, un apacible rincón para disfrutar del paisaje. Continuamos por el Carrer de Sa Roncadora hacia la derecha hasta el final, donde un pasillo estrecho conduce al mirador de Gispert. Aquí se abre una panorámica magnífica del litoral, con las montañas de Ses Felugues en primer término, y Aiguablava, la punta des Munt y el cabo de Begur al fondo.

Desde el mirador volvemos atrás y, antes que la calle gire a la izquierda, seguimos un sendero que sube por la montaña y sale al Carrer de la Cova del Bisbe, que seguimos a la

derecha. Vamos por la misma calle en dirección Begur y playa de Aiguablava hasta encontrar a la izquierda un rótulo del GR-92 que señala Tamariu (36 min). Subimos por esta calle de asfalto para salir a un cruce con otro rótulo, y continuamos por un camino de tierra en dirección Tamariu. Vamos siguiendo las marcas blancas y rojas del GR-92 por medio de un bosque de pinos, hasta encontrar una pista donde, en lugar de ir en dirección Tamariu, seguimos unos metros a la derecha y giramos a la izquierda por un sendero, dejando las marcas del GR. El sendero nos lleva por el bosque, para salir al final de una calle asfaltada (El Salvador) donde vamos a la izquierda hasta las escaleras del Carrer Déntol, por las que bajamos para llegar nuevamente al Carrer dels Pescadors y, girando hacia la derecha, al lugar donde comenzamos el recorrido.

Antes de dar por terminada la excursión, podemos dar un vistazo a la bahía de Tamariu, con el Passeig del Mar lleno de restaurantes con vistas a la playa. A los lados pequeñas calas, la playa dels Liris a la derecha, con una barraca centenaria, por donde continúa el GR-92 hacia Cala Pedrosa y el faro de San Sebastián; y a la izquierda Aigua Dolça, una calita de piedras, aislada del ruido de la población.

EL PRODUCTO: La Garoinada



La Garoinada es una de las campañas gastronómicas más conocidas de la Costa Brava. Nació en el año 1992 y tiene como producto principal los erizos de mar, conocidos como garoines en la zona de Palafrugell.

Esta festividad se celebra en pleno invierno entre los meses de enero y marzo, cuando el mar está tranquilo y el erizo de mar se encuentra en su mejor momento.

En la campaña participan varios restaurantes de Palafrugell y las poblaciones de su entorno, que ofrecen un menú que incluye un entrante de erizos de mar, un segundo plato (diferente en cada edición) y unos postres típicos de la cocina de esta zona de la Costa Brava.

DONDE COMER

Can Tonet

Carrer de la Riera, 9, Tamariu. Tel. 972 62 02 05.

www.facebook.com/cantonet.tamariu

Cocina sencilla, con producto de primera calidad, trato agradable y precios razonables. Cuentan con un menú de 17 euros (suplemento 5 euros con entrecot), con 5 primeros y 5 segundos, entre los que se incluye una excelente paella o fideuá. De postre, sin dudarlo, crema catalana de la casa. Cuenta con terraza situada a 80 metros de la playa y ofrece un menú infantil muy amplio.

El Clot dels Mussols

Passeig del Mar, 2, Tamariu. Tel. 972 62 00 31.

<https://tamariu.com/restaurante>

Situado frente a la playa, es el tradicional restaurante del hotel Tamariu, modernizado, abierto al público y con posibilidad de menú, platos de la carta, carnes, pescados y tapas. Entre sus variadas propuestas destacan el salmón, la paella marinera y los sabrosos calamares. Buenas tapas y sus helados y tartas caseras muy interesantes. Muchas noches la cena se ameniza con música en vivo.

Es Dofi

Passeig del Mar, 22, Tamariu. Tel. 972 62 00 43.

Una atmósfera familiar y una ubicación inmejorable frente al mar, son los bazas de este restaurante de cocina mediterránea y excelente materia prima. Vale la pena escuchar las sugerencias del propietario, o bien asegurarse la jugada con el pescado del día, las sardinas o los mejillones a la plancha. Vale la pena probar alguna de sus tapas y de postre, la tarta tatin casera es excelente.

RUTA 2

El Port de la Selva (Alt Empordà)

El Cap de Creus desde las alturas

FICHA DE LA RUTA

- **TIPO DE RECORRIDO:** Ruta circular, con postes de señalización de Itinerannia en los principales cruces, marcas de pintura amarillas, y del GR-11 en la bajada hasta el Coll de Perer.
- **PUNTO DE INICIO Y FINAL:** Aparcamiento a la entrada de Vall de Santa Creu (Port de la Selva).
- **DISTANCIA:** 10 km
- **TIEMPO:** 3 h
- **DESNIVEL:** 630 m
- **LOCALIZACIÓN:** [Gmap](#)



E sta ruta lleva desde el pueblo de Vall de Santa Creu al monasterio de Sant Pere de Rodes. Desde el cenobio subiremos al castillo de Verdura para disfrutar de las vistas, y de regreso visitaremos los restos del pueblo medieval de Santa Creu de Rodes.

Esta ruta por el entorno de Sant Pere de Rodes nos permitirá disfrutar de las mejores vistas del Cap de Creus, de la costa ampurdanesa y de las altas cumbres pirenaicas. Iniciaremos el recorrido en el aparcamiento ubicado a la entrada de Vall de Santa Creu, pequeño vecindario de Port de la Selva situado hacia el interior. Vamos hacia el pueblo por la carretera hasta un cruce de calles bien señalizado, donde seguimos el camino de la izquierda, marcado en el poste indicador como Sant Pere de Rodes, 1 h 05 min. La vuelta será por la derecha, Sant Pere de Rodes, 1 h 40 min, por el

Coll del Perer. El sendero deja atrás los viñedos que rodean del pueblo y, siguiendo las marcas amarillas, comienza a trepar por un bosque de encinas y robles maltrecho por el incendio del verano de 2021. Vamos remontando poco a poco por un sendero sin más dificultad que un desnivel moderado aunque persistente, que en algunos tramos transcurre entre viejas paredes de piedra seca.



El camino no tiene pérdida y tras cruzar una riera con un pequeño salto de agua, se llega a un mirador natural que permite asomarse a la bahía de Port de la Selva y la costa del Cap de Creus. Enfilamos un último tramo de subida y salimos a la carretera que va de Vilajuïga a Port de la Selva. La cruzamos, y al otro lado subimos unos escalones para seguir un sendero que nos llevará al monasterio de Sant Pere de Rodes pasando por la Font dels Monjos, situada en

un agradable rincón debajo mismo del cenobio. Subimos unas escaleras y nos situamos en el monasterio de Sant Pere de Rodes, documentado desde el año 878, aunque hasta el año 945 no fue considerado un monasterio benedictino independiente, vinculado al antiguo condado de Ampurias. El elemento más importante del conjunto es la iglesia, única en su tipo dentro del románico catalán. La nave central es de una riqueza decorativa excepcional. Los capiteles son de tradición corintia y están considerados entre las mejores piezas escultóricas del siglo XI en Catalunya. También destacan la torre de defensa (siglo X, reformada en el XIV) y el campanario (finales del siglo XI) así como los dos claustros superpuestos y los restos de decoración pictórica mural. Se hacen visitas guiadas y cuenta con oficina de información y un restaurante.

Al costado de la entrada al monasterio seguiremos subiendo para ir al castillo de Verdera, situado en la cima más alta de la sierra de Rodes, a 670 metros de altitud. Un poste indicador marca 25 minutos de subida. El camino gira pronto a la derecha y se enfila por un sendero muy pisado que nos anticipa las buenas vistas de la cumbre. Al llegar a la muralla, vemos la estructura defensiva adaptada al terreno que rodea todo el castillo, menos la zona vertical del despeñadero. Dentro de la muralla se distinguen los restos de una iglesia románica del siglo XI, y otras ruinas de un castillo del siglo XIII. Pero lo más destacado de la cima son las vistas panorámicas, que abarcan todo el macizo y la costa del Cap de Creus por un lado, y la extensa llanura del Ampurdán con el telón de fondo del Pirineo, hacia el otro.

Bajamos del castillo y al llegar al monasterio seguimos el camino asfaltado de acceso, un bonito paseo con vistas. Al llegar al primer aparcamiento, subimos las escaleras de la izquierda para visitar las ruinas del pueblo y la iglesia de Santa Creu de Rodes, original del siglo X. A su alrededor empezaron a construirse, hacia el siglo XII, las casas del

pueblo y los dos portales de entrada que aún se conservan. La iglesia perdió la condición de parroquia en el siglo XVI y se convirtió en la ermita de Santa Helena. En la parte alta del poblado hay un mirador panorámico.

Salimos por el portal opuesto al que entramos y seguimos el camino que lleva a otro aparcamiento, donde seguimos unos metros la carretera para conectar con el camino del Coll del Perer (poste indicador). Comenzamos así un suave y largo descenso por una pista ancha que sigue el GR-11. Al llegar a un cruce donde vemos el poste indicador de Llançà por el Coll de Miralles, dejamos la pista, giramos a la derecha y llegamos a un pequeño collado, donde iniciamos un descenso más fuerte que nos conducirá hasta el Coll del Perer. En este cruce volvemos a girar a la derecha, hacia la Vall de Santa Creu, 25 min. Este tramo recorre la cañada de Cloells, con antiguas construcciones en piedra seca, paredes, bebederos, corrales y dos barracas circulares que sirvieron de cobijo a pastores y rebaños. Al llegar a la Vall de Santa Creu vale la pena dar una vuelta por el pueblo, que conserva calles estrechas y empinadas trazadas sobre roca viva y una bonita fuente a la sombra de los grandes plataneros de la plaza.