



LAMPREIA
DO RIO MINHO

UM PRATO
DE EXCELÊNCIA

CAMINHA
MELGAÇO
MONÇÃO
PAREDES DE COURA
VALENÇA
VILA NOVA DE CERVEIRA



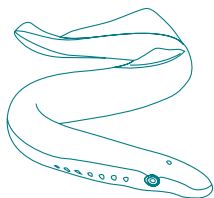
15 FEVEREIRO A 15 ABRIL

DE ACORDO COM AS NORMAS DA DGS, SOBRE A RESTAURAÇÃO,
FAÇA A SUA ENCOMENDA DE LAMPREIA EM TAKE AWAY, E DEIXE-A IR AO SEU ENCONTRO!



TURISMO DO PORTO E NORTE DE PORTUGAL

porto e norte ^{TEM}
[Colorful bar]



INDICE

"LAMPREIA DO RIO MINHO - UM PRATO DE EXCELÊNCIA"	5
---	---

RECEITAS

LAMPREIA DO RIO MINHO FUMADA E RECHEADA	7
LAMPREIA DE ESCABECHE	8
SOPA DE LAMPREIA	9
LAMPREIA ASSADA NO FORNO	10

CAMINHA	13
RESTAURANTES ADERENTES	14
PROGRAMAÇÃO	15

MELGAÇO	21
RESTAURANTES ADERENTES	22
PROGRAMAÇÃO	24

MONÇÃO	27
RESTAURANTES ADERENTES	28
PROGRAMAÇÃO	30

PAREDES DE COURA	39
RESTAURANTES ADERENTES	40
PROGRAMAÇÃO	40

VALENÇA	43
RESTAURANTES ADERENTES	44
PROGRAMAÇÃO	45

VILA NOVA DE CERVEIRA	51
RESTAURANTES ADERENTES	52
PROGRAMAÇÃO	53



MENSAGEM

**"LAMPREIA
DO RIO MINHO
- UM PRATO
DE EXCELENÇA"**

PRESIDENTE DA DIREÇÃO
DA ADRIMINHO



A “**Lampreia do Rio Minho - um prato de excelência**”, é uma ação de promoção e animação do território que envolve a ADRIMINHO, a Confraria da Lampreia do Rio Minho, os Municípios de Caminha, Melgaço, Monção, Paredes de Coura, Valença e Vila Nova de Cerveira e ainda os restaurantes aderentes do território do Vale do Minho.

A organização da 12ª edição desta iniciativa de promoção e valorização da Lampreia do Rio Minho, num ano marcado por uma grave crise de saúde pública devido à pandemia do COVID 19, seguida de uma profunda crise económica e de um confinamento social e cultural nunca antes vivido pelas nossas gerações, carrega uma carga simbólica suplementar e manifesta um espírito de resiliência de quem se recusa a desistir.

Devemos este espírito a pescadores, vendedores, restaurantes, unidades de alojamento, empresas de animação e outros profissionais, que todos os anos normalmente nos oferecem neste período imagens únicas da captura e confeção desta espécie migratória que é lampreia-marinha no Rio Minho, e que levava milhares de visitantes ao território que aproveitavam a oportunidade para conhecer a riqueza do património natural e cultural do Vale do Minho.

Mas esta tradição de degustar este prato de excelência nesta época de janeiro a abril terá de ser realizada de outra forma, ajustando-nos a estes novos tempos. Não sendo possível ir ao encontro da lampreia do Rio Minho, do Vinho Alvarinho de

Monção-Melgaço, pretexto muitas vezes para estar com a família e com os amigos, propomos que não o deixe de fazer. Faça a sua encomenda e deixe-os ir ao seu encontro!

Em regime take away ou delivery, leve para sua casa os diferentes pratos pré-cozinhados da lampreia do Rio Minho e tenha o prazer de os terminar em família. Mantenha esta tradição.

É pois com uma responsabilidade redobrada que a ADRIMINHO - Associação de Desenvolvimento Rural Integrado do Vale do Minho promove a **12ª Edição da “Lampreia do Rio Minho: um prato de excelência”**, em versão digital, de 15 de Fevereiro a 15 de Abril de 2021, ação que este ano é mais que a mera promoção de um prato gastronómico, é a manifestação de um ato de solidariedade para com todas as pessoas que estão envolvidas na preservação e valorização deste recurso singular do território do Vale do Minho.

Obrigado !

Manoel Batista Calçada Pombal



LAMPREIA
DO RIO MINHO



RECEITAS COM LAMPREIA DO RIO MINHO



LAMPREIA DO RIO MINHO FUMADA E RECHEADA

INGREDIENTES:

- 1 Lampreia fumada com lenha de choupo
- 200 gr de presunto de porco bísaro, com alguma gordura, cortado em fatias finas
- 4 Ovos cozidos cortados às rodelas finas
- 1 Colher de chá de endro picado, de preferência fresco
- 1 Pimento vermelho assado na brasa, sem pele

PARA A PREPARAÇÃO:

- Folhas de couve-galega
- Uma agulha e fio de sapateiro

Escalar a lampreia dando-lhe três cortes longitudinais interiores; um ao meio e um de cada lado. Fazer uma salmoura onde deve repousar 3 horas. Retirar e, de 15 em 15 centímetros, colocar uma cana, com o fim de a manter aberta.

Levar a fumar em lenha de choupo durante 2 e 3 dias, com um mínimo de 8 horas de fumo cada dia, em lume muito brando, mas certo. A lenha deve ser de choupo; está provado que o fumo do choupo é mais limpo, o que para fumar peixe é ideal.

Come-se demolhada e cozida com batatas e verduras, assada na brasa no espeto, acompanhada com broa, e recheada com ovos cozidos e presunto.

A receita que proponho é a recheada. Receita de lampreia fumada por mim interpretada, seguindo descrições de velhas cozinheiras.

PREPARAÇÃO:

Demolhar a lampreia durante 8 horas em água bem fria, secar com um pano, e estender na banca. Distribuir o endro no interior da lampreia e colocar fatias de presunto, rodelas de cozido, a todo o comprimento, estender umas tiras de pimento assado, voltar a colocar fatias de presunto.

Começar a coser com a agulha enfiada com o fio de sapateiro, no sentido da cauda para cabeça. Finda esta operação, enrolar em folhas de couve-galega com a ajuda de fio de sapateiro e dar a forma de regueifa para facilitar a colocação no tabuleiro.

Colocar num tabuleiro e levar ao forno a 180°C, cerca de 20 minutos. Retirar e deixar arrefecer. Conservar no frigorífico e servir cortada em rodelas finas, como entrada.

João Guterres
Grão-mestre da Confraria da Lampreia do Rio Minho



LAMPREIA DE ESCABECHE

PREPARAÇÃO:

Depois de amanhada, escala-se e parte-se em 2 de forma longitudinal. Cortar em pequenas tiras e dispor num tabuleiro temperada com muito pouco sal, cortar as cebolas às rodelas, e laminar as cenouras tipo batata palha, os alhos sem pelar, apenas com um aperto, tipo a muro.

Num tacho com azeite suficiente para o refogado juntar a cebola, quando ficar cristalina juntar o louro, a cenoura, e os alhos e deixar puxar em lume médio durante 5 minutos, juntar metade do vinho branco e deixar puxar mais cinco minutos, de seguida juntar o resto do vinho e o vinagre, os grãos de pimenta que devem ser em abundância, corrigir de sal e deixar refogar mais 15 minutos.

Retirar do lume e distribuir por todo o tabuleiro de forma que cubra por completo, toda a lampreia, levar o tabuleiro ao lume, até que levante fervura rodando para que ferva de forma uniforme. Retirar do lume e deixar arrefecer. Polvilhar com endro (aneto) de preferência fresco. Conservar em lugar fresco ou no frigorífico. Servir como entrada.

INGREDIENTES:

- 1 Lampreia
- 3 Cebolas
- 2 Cenouras
- 4 Dentes de alho
- 2 Folhas de louro
- Pimenta preta em grão q.b.
- 1 Raminho de salsa
- 50 Cl de vinho verde branco seco
- 25 Cl de bom vinagre de vinho verde branco
- Azeite extra virgem q.b.
- Endro (aneto) q.b.
- Sal q.b.

João Guterres
Grão-mestre da Confraria da Lampreia do Rio Minho



SOPA DE LAMPREIA

PREPARAÇÃO:

Faça um refogado em azeite com cebola muito bem picadinha, um dente de alho, um ramo de salsa e uma folha de louro.

Juntámos um copo de vinho e deixamos ferver em fogo muito lento para que o álcool se evapore. Deitamos a lampreia cortada aos bocados, temperada com sal e pimenta e juntamos água suficiente para a sopa.

Quando a lampreia estiver cozida, batemos as duas gemas de ovo e adicionamos ao caldo. Colocamos numa terrina e servimos com broa frita cortada em pequenos dados, polvilhada com salsa picada. Sirva bem quente.

INGREDIENTES:

Para esta receita usamos o rabo e os toros da parte junto da cabeça.

- 1 Lampreia cortada em pequenos dados
- 1 Cebola
- 1 Dente de alho
- 1 Ramo de salsa
- 1 Folha de louro
- Azeite
- Sal
- Pimenta
- 2 Gemas de ovo
- 1 Copo de vinho tinto da região

João Guterres
Grão-mestre da Confraria da Lampreia do Rio Minho



LAMPREIA ASSADA NO FORNO

PREPARAÇÃO:

Depois de amanhã a lampreia, coloca-se em uma assadeira regar com um copo de vinho verde branco, e lardeada com batatas torneadas, temperar com sal e pimenta, noz-moscada e cravinho, as especiarias devem ser contidas, juntar um dente de alho e meia cebola tudo cortado em pequenos gomos, salpicar com salsa picada e um fio de fino azeite curto, já que a lampreia nos vai soltar a sua gordura natural, suficiente para que a assadura seja perfeita.

Levar ao forno a 200° cerca de 40 minutos, no entanto devemos acompanhar o processo de assadura. Levar á mesa na assadeira. Está soberba!... Assim diria Aquilino Ribeiro ao degustá-la em uma das suas tertúlias gastronómicas nas nossas terras do Vale do Minho!...

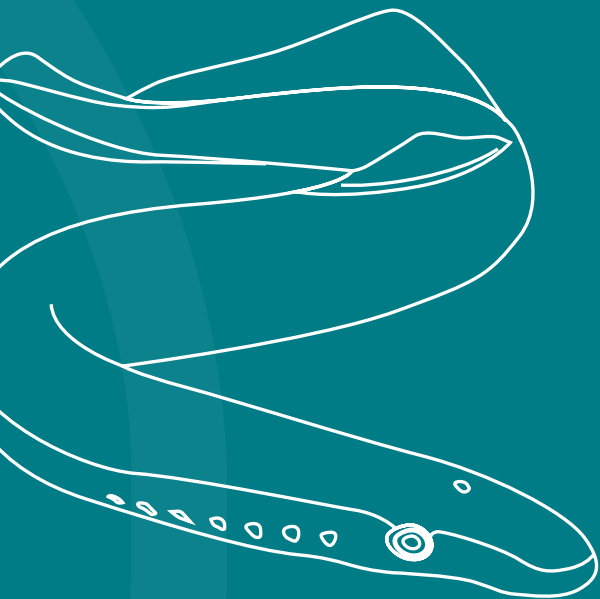
INGREDIENTES:

- 1 Lampreia
- 1 Kg de batata torneada
- 1 Copo de vinho verde branco
- Sal q.b.
- Pimenta q.b.
- Noz-moscada q.b.
- Cravinho q.b.
- Azeite q.b.
- 1 Dente de alho
- 1 Cebola
- 1 Raminho de salsa.

João Guterres
Grão-mestre da Confraria da Lampreia do Rio Minho









CAMINHA


LAMPREIA DO RIO MINHO

UM PRATO
DE EXCELENÇA

RESTAURANTES ADERENTES


ÂNCORA MAR - Take Away
Rua Cândido dos Reis 14, Vila Praia de Âncora
 +351 258 911 183

A TASCA DA QUINTINHA - Take Away
Entrega ao Domicílio
Rua do Altinho, Chão do Porto, Dem
 +351 258 958 397

A TORRE - Take Away
Rua Ricardo Joaquim Sousa, 7, Caminha
 +351 258 958 247


DO CAIS - Take Away
Rua Conselheiro Miguel Dantas, Caminha
 +351 258 922 196


DUQUE DE CAMINHA - Take Away
Rua Ricardo Joaquim de Sousa, 27, Caminha
 +351 258 722 046


FONTE NOVA - Take Away
Rua Miguel Bombarda, 20, Vila Praia de Âncora
 +351 258 911 191

FOZ DO MINHO - Take Away
Com pré-reserva
Largo de Esteiró, 207, Vilarelho
 +351 258 921 784


GAIVOTA - Take Away
Rua do Cruzeiro, 145, Moledo
 +351 258 921 661

PRIMAVERA - Take Away
Praça Conselheiro Silva Torres, 99/101, Caminha
 +351 258 921 306

REMO - Take Away e Entrega ao Domicílio
Av. Dr. Dantas Carneiro, Caminha
 +351 258 722 707

S. BENTO - Take Away e Entrega ao Domicílio
Avenida Joaquim Maria Portela, EN 13, Seixas
 +351 258 723 111

SOLAR DO PESCADO - Take Away
Rua Visconde Sousa Rego nº 85, Caminha
 +351 258 922 794

VILAR - Take Away e Entrega ao Domicílio
Estrada do Funchal 1380, Vilar de Mouros
 +351 258 723 012



PROGRAMAÇÃO



MARÇO DIA INTERNACIONAL DA MULHER

HOMENAGEM A FINA D'ARMADA

HISTORIADORA, POETISA E CRONISTA

8 de março | segunda-feira

Vida inteira dedicada às letras, às mulheres e à singularidade de fazer a diferença

ABRIL EXPOSIÇÃO IMPRENSA CLANDESTINA E DO EXÍLIO NO PERÍODO 1926-1974

01 de abril * | quinta-feira

Patente ao público durante os meses de abril e maio

Biblioteca Municipal de Caminha

Visita gratuita com marcação prévia em biblioteca@cm-caminha.pt

ou ☎ +351 258 710 310

** a data de abertura da Exposição poderá ser alterada caso as circunstâncias do Estado de Emergência (COVID-19) assim o obriguem*

PÁSCOA DOCE

LEVAR UM BOCADINHO DA PÁSCOA TRADICIONAL A SUA CASA

03 de abril | Sábado

Pastelarias aderentes com serviço de Take Away

Com a colaboração da Rede Complementar de Apoio COVID-19 do Concelho de Caminha



PROGRAMAÇÃO

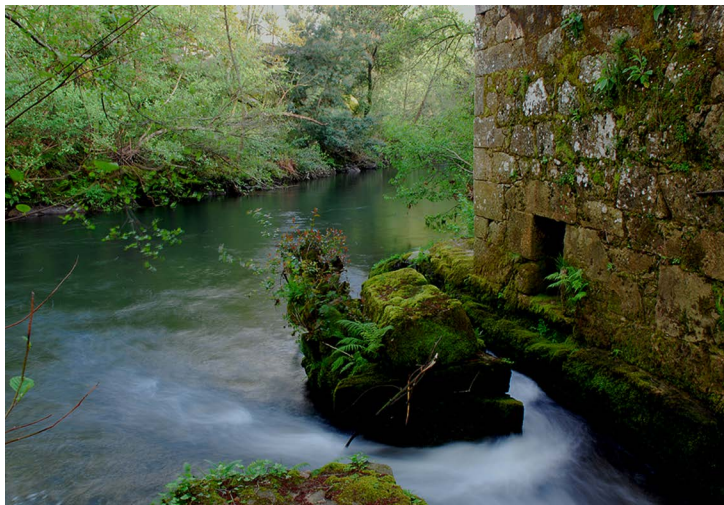
**TODOS OS
FINS-DE-SEMANA
DE FEVEREIRO A ABRIL**

NÚCLEO MUSEOLÓGICO DA MEMÓRIA, ARTES E OFÍCIOS DE RIBA DE ANCORA E MOINHOS D'APARDAL

Largo do Espírito Santo, Riba de Âncora - Caminha

Visita gratuita, * com marcação prévia em jfribadeancora@gmail.com

ou ☎ +351 96 415 49 20



CENTRO DE INTERPRETAÇÃO MUSEOLÓGICA DO VALE DO ANCORA

Centro Social e Cultural de Vila Praia de Âncora

Visita gratuita, * com marcação prévia em cscvpa.cultural@mail.telepac.pt

ou ☎ +351 936 351 458

PROGRAMAÇÃO

NÚCLEO MUSEOLÓGICO DO CENTRO HISTÓRICO DE CAMINHA

Praça Conselheiro Silva Torres, Caminha

Terça a Domingo 10h00 - 13h00 / 14h00 - 18h00

Visita gratuita, * com marcação prévia em museu@cm-caminha.pt ou

☎ +351 258 023 178

** A realização destas atividades depende das circunstâncias do Estado de Emergência (COVID-19)*

Mais informações:

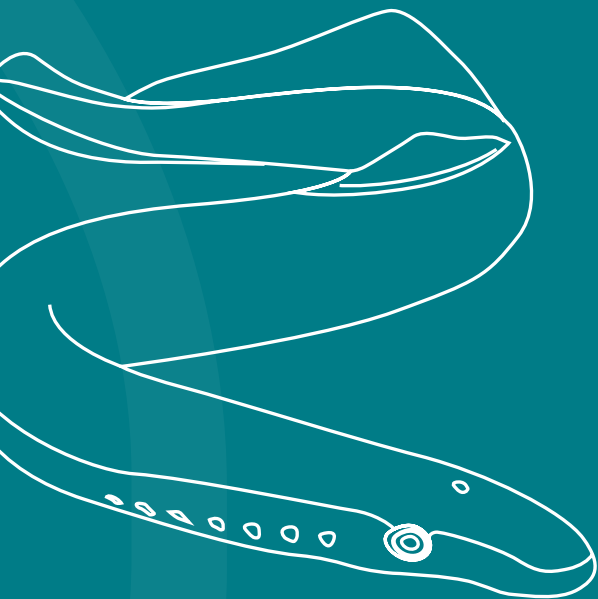
Loja Interativa de Turismo de Caminha ☎ +351 258 921 952

Posto de Informação Turística - Vila Praia de Ancora

☎ +351 258 911 384







MELGAÇO

LAMPREIA DO RIO MINHO

UM PRATO DE EXCELÊNCIA

Esta iniciativa realiza-se num contexto atípico resultante das condicionantes decorrentes da pandemia provocada pelo COVID-19, pelo que as atividades estão sujeitas às normas das autoridades na gestão do Covid-19.


Todas as atividades deverão ser feitas mediante marcações prévias.

RESTAURANTES ADERENTES

ADEGA DO SOSSEGO - Take Away

por encomenda

Peso - Paderne 4960-235 Melgaço


 +351 251 404 308

adegadosossego@sapo.pt

GPS: 42.10447 -8.286567

BOAVISTA - Take Away por encomenda

Avenida do Peso nº 1116 4960-256 Melgaço


 +351 251 416 350 / 251 416 350

geral@hotelboavistamelgaco.com

GPS: 42.1018418 - 8.289351899999929

CASA REAL - Take Away por encomenda


Rua 1º de Maio-Vila 4960-518 Melgaço

 +351 251 402 435

GPS: 42.114277-8.257687

MINI- ZIP - Take Away por encomenda

Alameda Inês Negra, nº74 - Vila 4960- 534 Melgaço


 +351 251 418 286

vaniafaria34@gmail.com

GPS: 42.113571-8.260606

O ADÉRITO - Take Away por encomenda

Lugar de Pombal - Remoães 4960-330 Melgaço

 +351 251 404 412


restauranteoaderito@gmail.com

GPS: 42.109347 -8.276439

TASQUINHA DA PORTELA - Take Away

por encomenda

Portela-Paderne 4960-263 Melgaço


 +351 251 401 109

tasquinha.da.portel@sapo.pt

GPS: 42.089787-8.27596-

VERDE MINHO - Take Away por encomenda

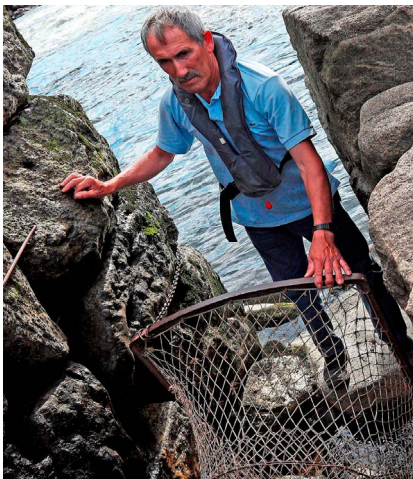
Peso - Paderne 4960 235 Melgaço

 +351 251 416 081

verde_minho@outlook.com

GPS: 42.102772 -8. 290421

CAMINHADA PELA ROTA DAS PESQUEIRAS



Uma experiência marcante em que os turistas poderão vivenciar toda arte da pesca artesanal nas milenares pesqueiras do rio Minho em que os guias serão os próprios pescadores. Experiência muito focada no “storytelling”, no conhecimento e no saber fazer dos pescadores. Toda a informação sobre o pacote em: www.montesdelaboreiro.pt

MARCAÇÕES PRÉVIAS:

geral@montesdelaboreiro.pt | ☎ +351 251 466 041

A DELICAR OS SENTIDOS PELA ROTA DO ALVARINHO

SOLAR DO ALVARINHO

Com provas de vinhos e possibilidade de compra de produtos locais (artesanato, vinhos, fumeiro, queijos, mel, compotas,...).

MARCAÇÕES PRÉVIAS:

solaralvarinho@cm-melgaco.pt | ☎ +351 251 410 195

ENOTURISMO ADEGA QUINTAS DE MELGAÇO

Visita guiada à Adega e prova de vinhos

MARCAÇÕES PRÉVIAS:

enoturismo.quintasdemelgaco@gmail.com | ☎ +351 251 410020

PROGRAMAÇÃO

A DELICIAR OS SENTIDOS PELA ROTA DO ALVARINHO

ENOTURISMO QUINTA DE SOALHEIRO QUINTA DE FOLGA

Visita à Quinta de Soalheiro com visualização do Terroir, visitas guiadas à descoberta das vinhas e das várias dimensões do Soalheiro (aberto todos os dias)

MARCAÇÕES PRÉVIAS:

enoturismo@soalheiro.com | ☎ +351 251 416 769

CIRCUITO PELA REDE MELGAÇO MUSEUS

QUINTA DE FOLGA FUMEIRO TRADICIONAL DE MELGAÇO (RAÇA BISARA)

Visitas à quinta e à produção com menus de degustação especializados.

MARCAÇÕES PRÉVIAS:

quintadefolga@quintadefolga.com | ☎ +351 967 076 079

PRADOS DE MELGAÇO PRODUÇÃO DE QUEIJO ARTESANAL

Visitas à exploração e provas de queijo de cabra.

MARCAÇÕES PRÉVIAS:

geral@pradosdemelgaco.pt | ☎ +351 251 414 093

ARTES - CENTRO DE ARTESANATO



Trabalho ao vivo de artesanato | bonecas com trajes típicos | velharias

MARCAÇÕES PRÉVIAS:

artes_rosamaria@hotmail.com | ☎ +351 251 402 133

REDE MELGAÇO MUSEUS

Passe Melgaço Museus (válido para toda a Rede de Museus de Melgaço): 5,00 € (val. 6 meses)

PORTA DO PNPg DE LAMAS DE MOURO

REDE DE PERCURSOS PEDESTRES

(Estrutura de receção, interpretação, animação e educação ambiental do Parque Nacional da Peneda-Gerês (PNPG).

- Museu do Cinema
- Museu Memória e Fronteira
- Núcleo Museológico de Castro Laboreiro

MARCAÇÕES PRÉVIAS:

nucleomuseologico@cm-melgaco.pt | ☎ +351 251 402 843



MELGAÇO VINTAGE

FEIRA DE ANTIGUIDADES, VELHARIAS, ARTESANATO E ARTIGOS EM 2ª MÃO

**Também com exposição e venda de produtos locais
e produtos da terra**

Datas de realização: 2º domingo de cada mês

Local: Largo Hermenegildo Solheiro-Vila

Horários: 10h00-17h00

MAIS INFORMAÇÕES:

Loja Interativa de Turismo de Melgaço

turismo@cm-melgaco.pt | ☎ +351 251 402 440





MONÇÃO

LAMPREIA DO RIO MINHO


UM PRATO
DE EXCELÊNCIA

RESTAURANTES ADERENTES

BAR DAS CALDAS - Take Away

por encomenda

Avenida das Caldas, 4950-442 Monção

 +351 960 148 977

Email: saboresvieira@gmail.com

GPS: 42.079381 / -8.474963

CÉLIMAR - Take Away por encomenda

Estrada dos Arcos, Lj 1 - Edifício Célimar

4950-438 Monção

 +351 251 654 343 | +351 933 539 261

Email: ruiaidasonia@hotmail.com

GPS: 42.074003 / -8.483266

DEU-LA-DEU - Take Away

por encomenda

Praça da República, 4950-506 Monção

 +351 251 652 137 | +351 917 594 293


Email: restaurantedeuladeu@hotmail.com

GPS: 42.078338 / -8.482982

DONA MARIA - Take Away

por encomenda

Hotel Dom Afonso, Qt.ª da Caldeira - V. Porta de São Bento Estrada de Melgaço, 4950-420 Monção

 +351 251 656 187 | +351 969 233 743

Email: info@hoteldomafonso.pt


GPS: 42.077535 / -8.472727

FONTE DA VILA - Take Away

por encomenda

Hotel Fonte da Vila

Avenida Porta de São Bento, 4950-283 Monção

 +351 251 640 050


Email: hfontedavila@gmail.com

GPS: 42.077033 / -8.479952

LAGOA VERDE - Take Away

por encomenda

Lugar da Gandra - Cortes, 4950-850 Monção

 +351 251 648 285 | +351 961 852 708


Email: susanamendes2775@gmail.com

GPS: 42.063828 / -8.507298

POUSADA DO SOSSEGO

Take Away por encomenda

Tarronho - Barroças Taías, 4950-070 Monção


 +351 251 666 153 | +351 965 714 915

GPS: 41.994295 / -8.500830

RUA D - Take Away

por encomenda

Rua Conselheiro Adriano Machado, 4950-430 Monção


 +351 251 656 381

GPS: 42.078819 / -8.480883

SERZEDO CASEIRO'S

Take Away por encomenda

Serzedo - Longos Vales, 4950-218 Monção

 +351 251 652 221 | +351 964 656 428

Email: cafe.serzedo@hotmail.com

GPS: 42.061256 / -8.450508

SETE A SETE - Take Away

por encomenda

Rua Conselheiro João da Cunha, 4950-469 Monção

☎ +351 251 652 577 | +351 968 307 626

Email: mariahelenatavares7a7@gmail.com

GPS: 42.076750 / -8.480863

ST. TROPEZ - Take Away

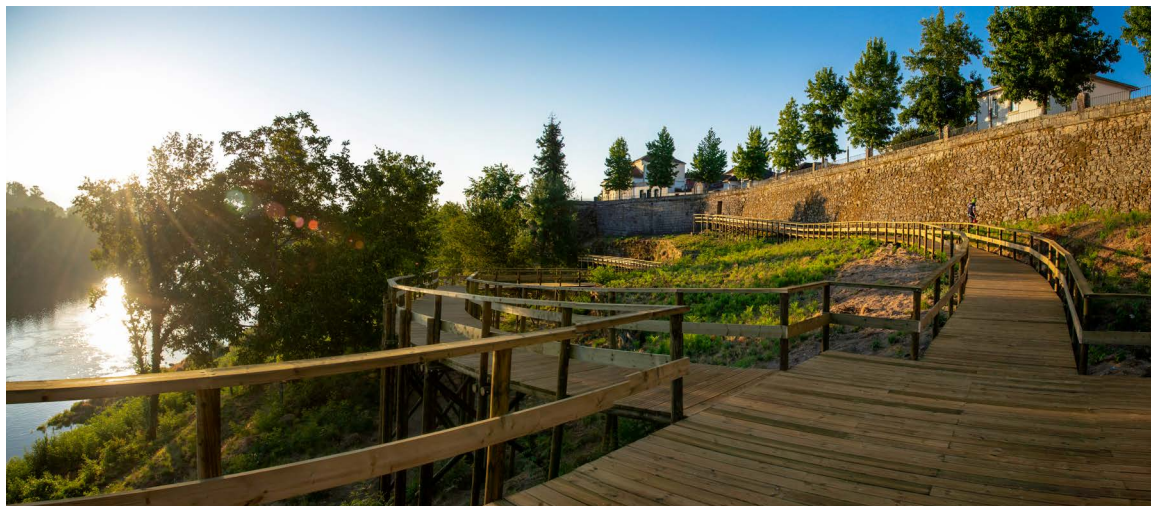
por encomenda

Lugar de Sande - Trute, 4950-830 Monção

☎ +351 251 666 447

Email: gandranatalia@hotmail.com

GPS: 42.010334 / -8.483810



PROGRAMAÇÃO

LAMPREIA DO RIO MINHO

Lançamento de vídeos promocionais da lampreia e da perícia automóvel (Rali à Lampreia)

22/02/2021 - ESPÉCIE HABITAT
23/02/2021 - RIO E PESQUEIRAS
24/02/2021 - TRADIÇÃO
25/02/2021 - HARMONIZAÇÃO
26/02/2021 - INOVAÇÃO
27/02/2021 - PROVA NOTURNA
28/02/2021 - RALI E LAMPREIA

ENOTURISMO



MUSEU DO ALVARINHO

Casa do Curro - Praça Deu-La-Deu - Monção

HORÁRIO DE INVERNO

Terça-feira a Domingo e feriados - 09H30 às 12H30 e das 13H30 às 17H30

HORÁRIO DE VERÃO

Terça-feira a Domingo e feriados - 09H30 às 12H30 e das 14H00 às 18H00

Mais informações contactar: ☎ +351 251 649 009 / dec@cm-moncao.pt

ADEGA COOPERATIVA REGIONAL DE MONÇÃO

Largo das Cruzes - Freguesia de Mazedo

Mais informações contatar: ☎ +351 251 652 167 / geral@adegademoncao.pt ;
adegademoncao@mail.telepac.pt

SOLAR DE SERRADE

Serrade - Freguesia de Mazedo

Mais informações contatar: ☎ +351 251 654 008 / solardeserrade@hotmail.com

QUINTA DE SANTIAGO

Rua D. Fernando n.º 127 – UF Mazedo e Cortes

Mais informações contatar: ☎ +351 916 164 949 / jmesantiago@gmail.com

PROVAM (PRODUTORES DE VINHO ALVARINHO DE MONÇÃO)

Cabo - Freguesia de Barbeita

Mais informações contatar: ☎ +351 251 534 207 / geral@provam.com

QUINTA DAS PEREIRINHAS - ALVARINHO DE MONÇÃO LDA

Vila Nova - Freguesia de Troviscoso

Mais informações contatar: ☎ +351 965 262 310 / mail@foraldemoncao.com

VALE DOS ARES

Quinta do Mato s/n - Lugar do Mato - Uf Messegães, Valadares e Sá

Mais informações contatar: ☎ +351 934 459 171 / info@mqvinhos.pt

QUINTA DA TEIMOSA

Rua João Pereira Caldas - Milagres - Freguesia de Cambeses

Mais informações contatar: ☎ +351 966 835 611 / quintadateimosa@gmail.com

QUINTA DA PEDRA

Apartado 47 - Freguesia de Longos Vales

Mais informações contactar ☎ +351 251 652 775 / geral@idealdrinks.com

LOCAIS A VISITAR



FORTALEZA DE MONÇÃO

A Fortaleza de Monção, cuja construção se iniciou na segunda metade do século XVII, ergue-se imponente sobranceira ao rio Minho, podendo ainda hoje ser percorrida na sua maioria, pois aos nossos dias subsistiram 3 das suas 5 portas, assim como todos os baluartes e o paiol. Na Loja Interativa de Turismo encontrará um mapa com um circuito que lhes permitirá efetuar um percurso pela própria.

Para mais informações contactar - patrimonio@cm-moncao.pt



ARQUIVO MUNICIPAL

Largo S. João de Deus - Monção

De segunda-feira a sexta-feira das 09h30 - 12h30 e das 13h30 - 17h00

*Visitas orientadas sob marcação através do número: ☎ +351 962 124 641
arquivo@cm-moncao.pt*



NÚCLEO MUSEOLÓGICO DA TORRE DE LAPELA

Lugar do Castelo - Freguesia de Lapela

Inverno / Quartas-feiras a domingo - das 10H00 - 12H30 e das 14H00 às 17H30

Verão / Quartas-feiras a domingo - das 10H00 - 12H30 e das 14H00 às 19H00

*Visitas orientadas sob marcação através do número: ☎ +351 251 649 013
patrimonio@cm-moncao.pt*



CENTRO INTERPRETATIVO DO CASTRO DE S. CAETANO

Lugar do Outeiro - Freguesia de Longos Vales - Monção

Visitas orientadas sob marcação através do número: ☎ +351 251 649 013
patrimonio@cm-moncao.pt



PALÁCIO DA BREJOEIRA

Quinta da Brejoeira - Freguesia de Pinheiros

Segunda-feira a Domingo - 9H00 às 12H30 / 14H00 às 18H30

Visitas sob marcação: ☎ +351 251 666 129 | ☎ +351 925 907 501
recepcao@palaciodabrejoeira.pt / www.palaciodabrejoeira.pt



CASA MUSEU DE MONÇÃO/ UM

Rua Conselheiro João da Cunha - Monção

Visitas orientadas mediante marcação através do telefone: ☎ +351 251 652 159

☎ +351 251 652 104 ou fax +351 251 652 160

TURISMO DE SAÚDE E BEM-ESTAR

TERMAS/SPA - CENTRO TESAL TERMAS DE MONÇÃO

Caldas de Monção

Mais informações contactar ☎ +351 251 648 367 ou através site: www.tesal.com

TURISMO ATIVO

TRILHO DA CARVALHEIRA DE ABEDIM

É um percurso de âmbito Ecológico-Paisagístico, com uma distância aproximada de 7,1 Km e uma duração média de realização de 02h30m. Apresenta um nível de dificuldade fácil/moderado.

GPS: 41°59'11.27"N / 8°30'22.47"W

TRILHO DO CAMINHO DOS MORTOS

É um percurso de âmbito Paisagístico-Cultural, com uma distância aproximada de 12,5 Km e uma duração média de realização de 05h00. Apresenta um nível de dificuldade moderada.

GPS: 42°0'39.42"N / 8°22'56.48"W

Mais informações contactar - Loja Interativa de Turismo - ☎ +351 251 649 013, turismo@cm-moncao.pt

ECOPISTA DO RIO MINHO

A Ecopista do Rio Minho foi construída no antigo troço ferroviário que ligava Monção a Valença, como via de comunicação para o lazer, desporto, atividades recreativas, culturais e de proteção do meio ambiente. Inicia na Pedra Furada, que liga ao Rio, a Fortaleza e o Centro Histórico, através da Porta de Salvaterra.

PASSADIÇOS A GALIZA MAIL'O MINHO

Os passadiços da Galiza Mail'o Minho, com uma extensão de 300 metros, fazem a ligação do Centro Histórico da Vila de Monção às margens verdejantes do Rio Minho.

Mais informações contactar - Loja Interativa de Turismo - ☎ +351 251 649 013, turismo@cm-moncao.pt

SUBZONEXTREME

Largo da Lodeira, 290 (Cais da Lodeira) - UF Mazedo e Cortes
Sábados e domingos

GPS: V 42.078393 / -8.495554

Mais informações contactar: ☎ +351 963 761 577 / direcao@subzone.pt

BY MONÇÃO

Animação turística e passeios em Tuk-Tuk
Brejo, Barbeita, 4950-040 Monção

Mais informações contactar - ☎ +351 969 835 056, bymoncao@gmail.com







MUNICÍPIO DE
PAREDES DE COURA

PAREDES DE COURA

LAMPREIA DO RIO MINHO

UM PRATO DE EXCELÊNCIA

A gastronomia é uma expressão de cultura e de bem viver. Os saberes e os sabores tradicionais evidenciam os produtos locais de que o homem dispunha para a sua alimentação e os modos e as formas que foi apurando para os tornar mais úteis, mais saborosos, mais agradáveis. A gastronomia Courense é um vasto e rico património, assente em produtos naturais e ecológicos, de uma sã economia rural.

RESTAURANTES ADERENTES

O BARBAÇAS - Take Away
por encomenda
Rua Dr. Narciso Alves da Cunha, n.º 19
☎ +351 916 938 212

PIZZARIA ROMÂNTICA
Take Away por encomenda
Rua Dr. Afonso Viana, n.º 34
☎ +351 251 782 280

OS MOURAS - Take Away
por encomenda
Rua Conselheiro Miguel Dantas
☎ +351 251 788 221

CASA DO XISTO - Take Away
por encomenda
Boalhosa - Insalde
☎ +351 963 824 614

O LINO - Take Away
por encomenda
Coqueira Castanheira
☎ +351 963 700 080

O MERENDAS - Take Away
por encomenda
Corredouras - Castanheira
☎ +351 251 656 402

PROGRAMAÇÃO



Percorrendo muitas das nossas freguesias, encontramos as nossas gentes a produzirem produtos que têm por base todo o saber ancestral que a tradição preservou. A Loja Rural serve, mostra, promoção e divulgação do que melhor se faz no nosso concelho, com produtos locais à venda.

GPS: 41.91229654334 | -8.560149371624

Sábado 9h30 - 13h00

Venda e exposição de produtos locais

PROGRAMAÇÃO

MERCADO LOCAL



Largo Visconde de Mozelos
GPS: 41.91229654334 | -8.560149371624





VALENÇA

LAMPREIA DO RIO MINHO

UM PRATO
DE EXCELÊNCIA

RESTAURANTES ADERENTES

ADEGA REGIONAL - Take Away por encomenda
Lugar de Chamosinhos nº53 R/C - S.Pedro da Torre
☎ +351 251 839 043

CRISTINA - Take Away por encomenda
Centro Comercial Lara - Valença
☎ +351 251 825 368

FONTE D'OURO - Take Away por encomenda
Lugar de Vilar - Cerdal
☎ +351 251 839 393

MERENDOLA - Take Away por encomenda
Oliveira da Mosca - Ganfei
☎ +351 251 822 201

O COZINHEIRO/NUNO - Take Away
por encomenda
Estrada Nacional 101 - Lugar de Barracas nº1 - Verdoejo
☎ +351 918 104 871

ROCHA E GRILL - Take Away
por encomenda
Ed. Cidade Nova Bl.8
Lj.E,R.Dr. Ibérico Nogueira
☎ +351 251 826 455

TERESINHA - Take Away
por encomenda
Rua Tróias Loja
☎ +351 2 251 823 573



PROGRAMAÇÃO

LOCAIS A VISITAR



FORTALEZA

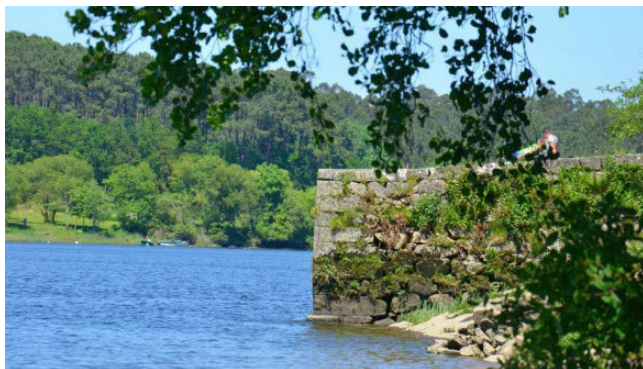
Conhecer a Fortaleza de Valença, é percorrer as memórias de 2000 anos das páginas mais marcantes das aventuras históricas de Portugal e Espanha.

Uma joia da arquitetura militar abaluartada, com 5 Km de muralha, uma Fortaleza Viva e multicultural.

O casario, as construções militares, as igrejas, as vistas para o rio Minho, a antiga ponte metálica e Tui medieval completam-se num quadro singular.

Valença, bastião militar da defesa da independência de Portugal é, hoje, um espaço aberto ao mundo e símbolo das relações entre Portugal e Espanha.

PROGRAMAÇÃO



PESQUEIRAS DO RIO MINHO

As pesqueiras do Rio Minho constituem um legado histórico de construções populares que testemunham o engenho e as artes da pesca fluvial artesanal que aqui se praticava e a que, ainda, hoje se pode assistir.

Habilidosos sistemas de muros construídos a partir das margens, as pesqueiras assumiam-se como barreiras à passagem do peixe, que se via assim obrigado a fugir pelas pequenas aberturas através das quais, coagido pela força da corrente, acabava por ser apanhado em engenhosas armadilhas!

As primeiras referências escritas às pesqueiras do Rio Minho datam do século XI, e aparecem em documentos relativos às doações a mosteiros da Ribeira do Minho, sendo possível, traçar o rumo da sua evolução, quer ao nível da propriedade e gestão, quer ao nível do processo de construção.

Em São Pedro da Torre, Ganfei e Verdoejo são recomendados se desejar observar de perto as pesqueiras e assistir à faina dos pescadores, que em barco ou à cana continuam a preservar esta arte da pesca artesanal.

PROGRAMAÇÃO



ECOPISTA DO RIO MINHO / ECOVIA DAS VEIGAS DO RIO MINHO

A Ecopista do Rio Minho e a Ecovia das veigas do Rio Minho, constituem corredores verdes, junto ao Rio Minho que proporcionam uma aventura, por uma natureza ribeirinha exuberante. O percurso é privilegiado e já obteve os prémios de 3ª e 4ª melhor via verde da Europa.

Por entre vinhedos, campos de cultivo, ribeiros e miradouros privilegiados, sobre um vasto património edificado, a Ecopista segue o percurso do Rio Minho.

Aproveite para relaxar nos Parques de Merendas de Verdoejo, Ganfei e Senhora da Cabeça (Cristelo Côvo) ou na Área de Lazer da Foz do Manco (Friestas), com entornos naturais únicos.

A pé, de bicicleta, patins em linha ou skate a Ecopista é de fácil acesso e utilização individual ou em família.

PROGRAMAÇÃO

MUSEUS **NÚCLEO MUSEOLÓGICO MUNICIPAL**

Rua Mouzinho de Albuquerque - Fortaleza

Segunda-feira a Sexta-feira - 09h00-12h30 13h30 -17h00

nmuseologico@cm-valenca.pt ☎ +351 251 806 020



MUSEU DO BOMBEIRO - MANUEL VALDEZ SOBRAL

Largo 7 de Julho - Fortaleza

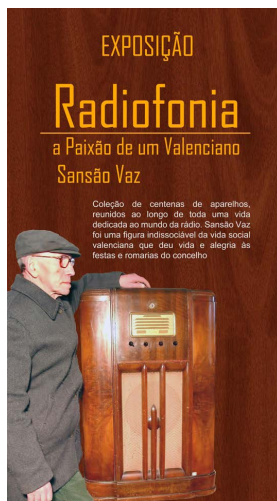
Segunda-feira a Sexta-feira - 09h00-12h30 13h30-17h00

museologico@cm-valenca.pt

PROGRAMAÇÃO

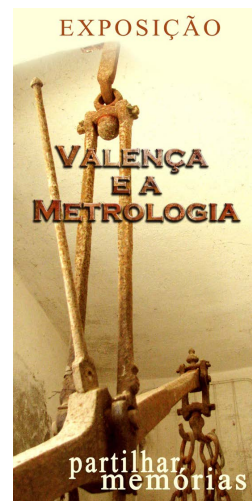
EXPOSIÇÃO RADIOFONIA

A Paixão de um Valenciano –
Sansão Vaz



EXPOSIÇÃO DE METROLOGIA

Arquivo Municipal



TURISMO ATIVO

CLUBE CELTAS DO MINHO

Centro de Interpretação da Ecopista

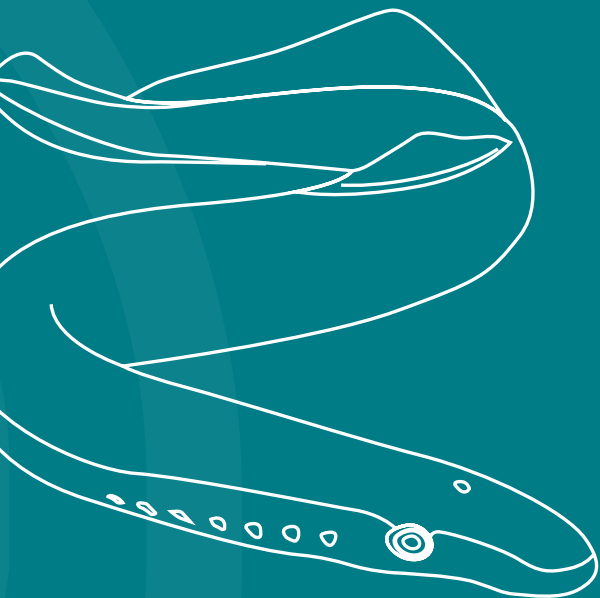
+351 934 440 770

AEROCUBE DE CERVAL

Escola de Batismo de Voo

Vila Meã - S. Pedro | +351 251 798 090





CERVEIRA

LAMPREIA DO RIO MINHO

UM PRATO
DE EXCELÊNCIA

RESTAURANTES ADERENTES

DOM JÚLIO - Take Away

por encomenda

EN 13 Vila Meã, Vila Nova de Cerveira

+351 251 700 240

GLUTÃO - Take Away

por encomenda

Sta. Marinha, Loivo, Vila Nova de Cerveira

+351 251 795 654

LAVRADOR - Take Away

por encomenda

Alto das Cerejas, Campos, Vila Nova de Cerveira

+351 251 796 604



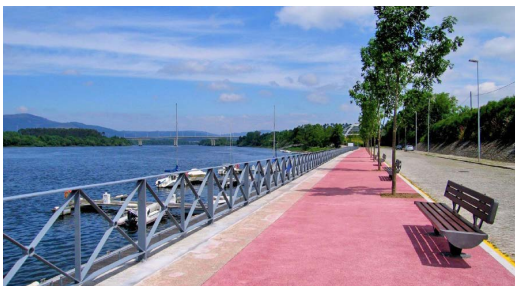
PROGRAMAÇÃO

TURISMO



PARQUE DE LAZER DO CASTELINHO

O parque de lazer do Castelinho é um espaço pensado para crianças e adultos, engloba diversas propostas desportivas e recreativas com uma componente pedagógica ligada à natureza e aos recursos hídricos.



ECOPISTA

A Ecopista Caminho do Rio localiza-se na margem esquerda do Rio Minho, ao longo de cerca de 14 Km, com ligação entre a Praia da Mota até ao concelho de Valença.

PROGRAMAÇÃO

OLÁ VIDA

Passeios em caiaque, BTT, percursos pedestres, parapente, team building, visitas de estudo e aluguer de bicicletas e caiaque, Passeios de barco, river paddle, passeios e passeios de jipe.

Parque de Lazer do Castelhinho

☎ +351 962 892 606

CLUBE CELTAS DO MINHO

Escalada na zona do Cervo e Trilho Interpretativo da Ribeira de Covas

☎ +351 251 822 130 / ☎ +351 961 949 704

AEROCULUBE DE CERVAL

Escolas e Batismo de voo

Vila Meã, ☎ +351 251 798 090 / ☎ +351 917 563 003

MUSEUS



AQUAMUSEU DO RIO MINHO

O Aquamuseu do Rio Minho tem como objetivo principal a divulgação do património natural e etnográfico, associado à pesca artesanal da bacia hidrográfica do Rio Minho.

Horário: Terça a Domingo das 10h00 - 12h30 | 14h00 - 18h00

http: aquamuseu.cm-vncerveira.pt ☎ +351 251 708 026

Local: Parque de Lazer do Castelhinho

PROGRAMAÇÃO



MUSEU DA BIENAL

Sala dos Sócios fundadores da Bienal de Arte de Cerveira

Horário: mediante marcação prévia

www.bienaldecerveira.pt ☎ +351 251 794 633

Local: Avenida das Comunidades Portuguesas



CONVENTO DE S. PAIO

O Convento de S.Paio, fundado por um franciscano em 1392, é atualmente um centro de arte com um acervo que inclui centenas de peças de pintura, escultura e desenho.

Horário: Quinta a Domingo das 14h00 - 18h00

www.convento.payo.com ☎ +351 251 796 008

Local: Monte de S.Paio

PROGRAMAÇÃO



NÚCLEO INTERPRETATIVO DOS MOINHOS DA GÁVEA

Conjunto de cinco moinhos recuperados que abordam a temática do ciclo do milho e da moagem

Horário: Quintas, Sábados e Domingos das 14h00 - 18h00

Visitas guiadas com marcação prévia

☎ +351 964 025 082

Local: Gávea- Reboreda

ARTESANATO

CASA DO ARTESÃO

Artesanato, Artes decorativas e Produtos biológicos

Horário: Sábados e Domingos das 10h00 - 19h00

Local: Baluarte de Santa Cruz

FEIRAS

FEIRA SEMANAL

Aos Sábados

Local: Praça da Galiza

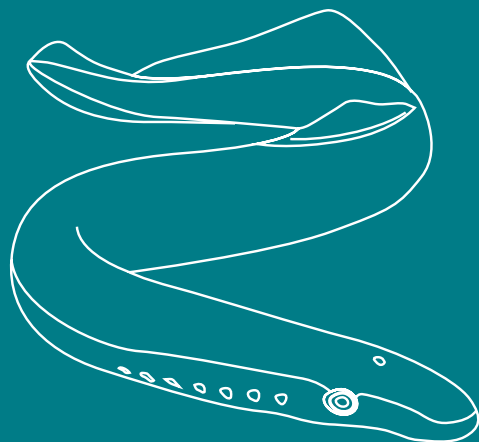
FEIRA DE ARTES E VELHARIAS

2º domingo de cada mês

Local: Praça da Galiza

PROGRAMAÇÃO





LAMPREIA DO RIO MINHO UM PRATO DE EXCELÊNCIA

NOTA: Para evitar reclamações ou constrangimentos dos amigos visitantes que se desloquem á "**Lampreia do Rio Minho - Um prato de excelência**" agradece-se que sejam feitas antecipadamente as reservas diretamente aos restaurantes aderentes.

ADRIMINHO

+351 251 825 811 / Fax +351 251 825 620
geral@adriminho.pt / www.adriminho.pt