



Nueva presentación para los platos peregrinos

Gastronomía monacal: **pan, huevos, proia y truchas**

Poco a poco se van recuperando las recetas de los peregrinos medievales, platos que tomaban en los hospitales y comunidades religiosas. Conviven con otras más recientes (tortilla de patatas de Betanzos). El pan de Neda y de Carral ya eran alabados por los caminantes, así como las truchas de Sigüeiro y la *proia* de Pontedeume. En toda la zona de A Coruña -especialmente en lo que hoy es Cambre- el salmón en la mesa era tradicional.



¿Dónde está el Camino Inglés?

En la provincia de A Coruña, noroeste de España. Es bicéfalo: arranca de las ciudades de A Coruña y Ferrol y remata en Santiago de Compostela.

Y otras dudas que pueden surgir

¿Cómo llego hasta a A Coruña o Ferrol?

A Coruña tiene aeropuerto propio. Desde la estación de autobuses de la ciudad es posible subirse a uno que conduzca a Ferrol. Santiago también tiene aeropuerto y autobuses a Ferrol y a A Coruña.

¿Hay albergues para dormir?

Públicos en las localidades de Neda, Pontedume, Miño, Betanzos y Presedo si se parte de Ferrol. Sergude si se elige A Coruña. Además, se salga desde donde se salga, los caminos se encuentran antes de Bruma, donde abre sus puertas otro. En Sigüeiro hay oferta privada.

¿Me darán un certificado religioso de haber hecho la peregrinación?

Sí, la compostela. La expide la Iglesia católica en la Oficina de Acogida al Peregrino, en Santiago (calle Carretas), si se han recorrido 100 km como mínimo andando. Si se parte de A Coruña, hay alguna condición más.