



FOTO: CORBIS

Asturias

La llamada “España verde” ofrece innumerables opciones de placer. La belleza natural del Principado, su legado histórico, aunado a la fabulosa comida asturiana y la hospitalidad de su gente, hacen de esta región una alternativa espectacular para viajar a la península ibérica. **TEXTO: RITA VARELA MAYORGA**

¿Por qué ir ahora?

Asturias atrae a los amantes de la aventura, la naturaleza, los paseos y muchas otras actividades al aire libre. Todo ello disfrutando de los más variados entornos: las zonas alpinas de los Picos de Europa y el centro, las grandes sierras del occidente y costeras, los sistemas kársticos de Picos de Europa y las playas, ríos y acantilados de las zonas costeras.

Las bendiciones naturales de este territorio, conocido como “La España verde”, también es un verdadero cono de la abundancia en términos de materias primas culinarias, lo que hace de su cocina una de las más apreciadas del mundo. •

Orientación

Para instalarse en esta comunidad autonómica se puede llegar, por avión, al Aeropuerto de Asturias, situado en el Concejo de Castriellón, a 14 km de Avilés, 40 km de Gijón y 47 km de Oviedo.

La compañía Alsa cubre el trayecto entre el aeropuerto y las ciudades de Avilés, Gijón y Oviedo (www.alsa.es).

También es un deleite cubrir su territorio por carretera. Las principales vías de comunicación a Asturias son: AP-66: Autovía de la Plata, que proviene de la meseta a través de una autopista de pago; N-630, desde la meseta a través del Puerto de Pajares; A-8: Autovía del Cantábrico, con varios tramos abiertos al público, esta autovía unirá Asturias de oeste a este por autopista; la N-634/N-632, carretera Nacional que recorre Asturias de occidente a oriente; la AS-1, conocida como “Autovía Minera”, y que une la localidad de Mieres con Gijón, atravesando las llamas Cuencas Mineras, así como la A-63/AS-15, que va desde Oviedo al occidente-suroccidente de la comunidad y que es el tramo que une las tres principales ciudades de Asturias: Oviedo, Gijón y Avilés, y que se conoce como la “Y”. •

Hospedaje

El principado limita al norte con el Mar Cantábrico, al oeste con la Comunidad Autónoma de Galicia, al este con la Comunidad Autónoma de Cantabria y al sur con la Comunidad Autónoma de Castilla-León. En su territorio hay 15 comarcas y cada una de ellas, por sí mismas, vale la pena la realización de un aventurado viaje, puntos –que incluyen desde aldeas hasta las más importantes ciudades– donde el visitante encuentra excelentes alojamientos.

Una muestra de ello son los hoteles que integran el Club de Calidad Casonas Asturianas (www.casonasasturianas.com), agrupación conformada en 1994 y que tienen como constante un riguroso sistema de calidad en todos sus servicios. Por ejemplo, son los propios dueños quienes atienden, orientan y preparan los alimentos de sus invitados, generando con ello un confort único. Además, los precios de estos hoteles y departamentos son de los más accesibles en Europa. •

Los hoteles en Asturias que forman parte del selecto Club de Calidad Casonas Asturianas están sometidos a un estricto control de calidad.



FOTO: CORTESÍA CASONAS ASTURIANAS

Tome un paseo

Un buen ejemplo de confort y de una visita cultural es el Palacio de Libardón, localizado en el Concejo Colunga, al que se llega de la autovía A-8, para luego entroncar con la AS-258 a Infiesto. Libardón está a unos 8 km de la capital del concejo. Se trata de un edificio –el antiguo Palacio de la Caravera– de la primera mitad del siglo XVII, rehabilitado en 1900 por un indiano (asturiano que visitaron América y regresaron con riquezas a su tierra), y posee galerías que proporcionan espectaculares vistas sobre el valle, el Suevo.

Este bello hotel es administrado por la familia Cuesta, particularmente por Sandra Cuesta Fanjul (info@palaciodelibardon.com), quien –como muchos asturianos– tiene una liga personal muy grande con México. El sitio tiene 11 habitaciones decoradas al estilo provenzal, salón-cafetería, salón-bar y hasta un salón-biblioteca.

Para los mexicanos que lo visiten resultará encantador. No sólo por su ubicación privilegiada (la Reserva Natural del Suevo, mirador de El Situ, o la Playa de La Griega, Lastres y su puerto pesquero, Museo Jurásico de Colunga) sino porque la hospitalidad de los Cuesta los hará sentir cerca de México –tequila y deliciosa charla, incluidos– y les dará lo mejor de Asturias: el calor de sus habitantes.

En temporada alta (del 15 de agosto al 15 de septiembre, puentes y periodos vacacionales), el precio de una habitación doble es de 60 euros. Pero en temporada baja, la tarifa se reduce a 42 euros. Un espectacular desayuno, le costará 6 euros. •



Asturias aporta el 20% de la producción láctea española.

FOTO: CORBIS

Hora de comer

Almuerzo durante el ajeteo

En Asturias, tres despensas centrales nutren la cocina del Principado: el mar Cantábrico, los valles y ríos que por doquier adornan el paisaje de la región, y la montaña en la que pasta ganado de primera, base de una generosa variedad de quesos artesanales, ingredientes esenciales que nutren la cocina de nuevos y talentosos cocineros. Sólo en Oviedo, la oferta culinaria es una muestra de las delicias que se encuentran a cada paso en este territorio. •

Tentempié

Sergio Rama Villar, propietario y cocinero del restaurante La Puerta Nueva (Oviedo), y jefe de la empresa Catering Canela en Rama, además de Campeón de Cocina de Asturias 2004-2006, ofrece una guía interesante de degustación.

“Cocineros somos los que, como yo, amamos esta forma de vida que entre fogones se desarrolla. Actualmente en nuestra Asturias del alma gozamos de un buen palmarés, estamos a la cabeza de España y todavía nos queda leña para rato”, afirma este apasionado joven asturiano. Por ello, recomienda como tentempié algunos montados, como: ibéricos con pan y tomate, cecina con aceite de oliva, queso semihundido, tartar de frutos de mar, pulpo a feira, escalibada y anchoas, entre muchas otras delicias. •

Un aperitivo

Para mitigar la sed, nada como degustar un vaso de sidra asturiana. La Calle Gascona, en el corazón de Oviedo, es una de las de mayor tradición de la capital del Principado. Es un centro de reunión en torno a lo que más aprecian los asturianos: una buena comida, sidra en abundancia y un buen trato y servicio que alargue la sobremesa. Esto ha convertido a Gascona en el Boulevard de la sidra. Simplemente, no se lo puede perder. •

Cene como los Dioses

Para la cena, de nuevo una guía de Sergio Rama. Puede ser, por ejemplo, un menú compuesto de carpaccio de pulpo, crema de nécoras, carrilleras con tortos y espuma, y hojaldre de arroz con leche. Pero también un plato variado de marisco, ensalada de lomo escabechado, rape con arroz de crustáceos y tiramisú de requesón, entre muchos otros que se pueden degustar en La Puerta Nueva, abierto todos los días para comidas y cenas, excepto los domingos. Leopoldo Alas, 2, Oviedo. Tel. 985 200790. info@lapuertanueva.net. •



Domingo por la mañana...

En términos culturales y artísticos, Asturias es mucho más. Las guerras de los satures contra Roma, y su posterior romanización, del 29 al 19 aC, aún se palpan en restos arqueológicos. Ya para el siglo V, la cultura visigoda permeó en ese territorio que, en el siglo VIII, se convirtió oficialmente en el Reino de Asturias, cuyo esplendor prerrománico es uno de los legados arquitectónicos más importantes de Europa. Algunas muestras palpables de esto son las iglesias de San Miguel de Lillo y Santa María del Naranco, construidas en siglo IX, y la iglesia de Santullano, todas ellas en Oviedo.



Santa María del Naranco, declarada Patrimonio Mundial de la Humanidad por la UNESCO, en 1985.

FOTO: CORBIS

grande y más variado de los tres, y es particularmente apropiado para el senderismo. En este macizo están situados los lagos de Enol y Ercina, y muy cerca el área de Buferrera, el centro de interpretación medioambiental del Parque Nacional de los Picos de Europa. La forma más sencilla de acercarse a él es desde la localidad de Covadonga, ascendiendo por una carretera local y sinuosa hasta los famosos lagos, 12 kilómetros más arriba, de donde parten un buen número de rutas recomendadas para todo público.

El final del verano y principios del otoño suelen ser los mejores momentos para una caminata de este tipo, ya que no es excesivo el calor ni la presencia de excursionistas.

Además, se recomienda la zona el Refugio de Riaño (www.elfugioderiano.com y elfugioderiano@telefonica.net) si busca un lugar único para iniciar rutas de senderismo.

En el MUJA está la tibia de dinosaurio más larga del mundo: 1.25 m.



FOTO: CORBIS

Tarde cultural

Visite el Museo del Jurásico de Asturias (MUJA), el cual está sobre un terreno alto desde donde puede disfrutar de unas vistas increíbles. En el interior encontrará espacios amplios y diáfanos en los que se da lugar a una importante etapa del planeta: el Mesozoico, que incluye el periodo Jurásico. Abierto los lunes de 11 a 14 hr y de miércoles a domingo de 11 a 14 hr y de 16 a 18 hr. Entrada al público: 5 euros. Niños y adultos mayores: 3 euros. Reserve, tel. 902 306600. AS- 257 - PK 1,5. COLUNGA

Disfrute de la vista

Si Usted gusta de la aventura, el senderismo y quiere disfrutar de vistas impresionantes, desde Oviedo puede llegar en auto a Los Picos de Europa, Parque Nacional, que hacen honor a su nombre con desfiladeros y gargantas, ríos y valles inmaculados y grandes masas forestales autóctonas.

Los Picos, como se les conoce habitualmente, albergan también una inusual densidad de fauna salvaje y flora subalpina por encima de los 1,600 m.

Aquí se localizan tres macizos claramente diferenciados: el macizo occidental (El Cornión), el macizo central (Los Urrieles) y el macizo oriental (Andara). Quedan delimitados físicamente por los desfiladeros de los ríos salmoneros Sella, Cares, Duje y Deva.

El macizo occidental, con su cota más alta, Peña Santa de Castilla (2,596 metros), es el más



Pintura rupestre del paleolítico

La cereza en el pastel

Asturias es un territorio milenario, tanto que los restos más antiguos de presencia humana tienen 200 mil años. La presencia del *Homo Sapiens* quedó plasmada artísticamente en las estupendas pinturas de la Cueva de Tito Bustillo (en Ribadesella), una red de cavernas conectadas entre sí, que son uno de los grandes santuarios del arte del Paleolítico Superior en Europa.

Compras

La cantidad y calidad de los exquisitos dulces que ofrece la cocina asturiana, desde el delicioso arroz con leche hasta algunas de las tartas de almendra más logradas de España, pasando por los frixuelos o las casadielles y bollines (especie de empanadillas fritas u horneadas rellenas de nuez molida con azúcar y anís), los borrachinos (masa de miga y huevo macerada en vino blanco y azúcar y frita), las picatostes (torrijas), las marañuelas (galletas de Candás y Luanco), los Carajitos del Profesor (pastas de avellana de Salas), las veneras (Navia), los tociniños (Grao), las tartas charlotá y gijonesa (Gijón), los carbayones (pastel de almendra típico de Oviedo), así como otros muchos deliciosos y excelentes dulces, se pueden degustar en los innumerables cafés de la capital del Principado, acompañados lo mismo con un cafecito que con un buen brandy o una copa de vino.

Más de Asturias en: www.infoasturias.com