A anguía, produto que hai anos tiña un peso importante na gastronomía de Narón e comarca e que, co paso do tempo, foi perdendo presenza tanto a nivel doméstico como na oferta hostaleira da bisbarra. Queda, con todo, unha ampla cultura popular sobre a súa extracción e as posibilidades gastronómicas asociadas a ela que, dende o Concello de Narón, a través do Club Narón Gastronómico, estamos decididos a recuperar e revitalizar.

A anguía é un peixe azul que pasa a meirande parte do seu ciclo vital en augas doces, aínda que se reproduce no mar. Rica en ácidos graxos insaturados, minerais como potasio, fósforo, ferro, iodo e zinc, e vitaminas A, D, E, sendo especialmente fonte de vitamina B2, tanta como posúen os ovos, o fígado ou os lácteos.

Afumada, ao espeto, escabechada, en tempura, guisada, fritida, en ensalada, salteada, en sopa, en brochetas alternando touciño, cebola, cogomelos... Goza de todo o sabor deste peixe de carne saborosa, fina e cremosa que enriquece a variada oferta gastronómica de Narón e aspira a se converter noutro dos seus produtos estrela.

Bo proveito!!

ESTABLECEMENTOS PARTICIPANTES

1. **Anacos**
   Estrada de Castela, 354
   15572 Narón
2. **A Grella dos avós**
   Estrada Sedes - O Carballo, 21
   15407 Narón
3. **A Trasanquesa**
   Feira do Trece, s/n
   15596 Narón
4. **Casa Sindo**
   Avda. Souto Vizoso, 198
   15570 Narón
5. **El Refugio**
   Avda. Souto Vizoso, 21
   15572 Narón
6. **Gastrobar Piñeiros**
   Río Vespasante, 20
   15570 Narón
7. **Hotel Valcarce**
   Avda. Gonzalo Navarro, 134
   15540 Narón
8. **Mesón O Pío**
   Estrada de Castela, 532
   15572 Narón
9. **Restaurante Carballo**
   Lg. Vista Alegre, Doso
   15597 Narón
10. **Restaurante Marcial**
    Río Pereiro, 6-8
    15570 Narón
11. **7 Santiños**
    Avda. Malde Vizoso, 25
    15570 Narón
12. **3 Pés**
    Lugar do Sobecos, 6
    15570 Narón

anguía do Xuvia

ClubNARÓN GASTRONÓMICO

Concello de Narón

Mariscos de Barallobre

Unión Europea
Fondo Europeo Marítimo e de Pesca (FEMP)

Grupo de Acción Local do sector Pesqueiro Golfo Ártabro Norte

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DO MAR

+info
clubnarongastronomico.naron.gal · narongastronomico@naron.es
T_981 337 700 [ext. 1063] · Facebook @NaronGastronomico

SEMANA DA ANGUÍA
9 ao 15 de outubro

anguía do Xuvia

ClubNARÓN GASTRONÓMICO

Concello de Narón

SEMANA DA ANGUÍA
9 ao 15 de outubro
anguía do Xuvia
N
NE
E
SO
S
SE
O
NO
FERROL
NARÓN
NEDA
POLÍGONO RÍO DO POZO - SAN MATEO - O VAL
Polígono Industrial As Lagoas
PAVILLÓN AS LAGOAS
IES AS TELLEIRAS
IES TERRA DE TRASANCOS
AC-566
AC-862
AP-9
CASTRO
SEDES
DOSO
Río Xuvia
LOCAL PIÑEIROS
GARDERÍA PIÑEIROS
ASILO
A.VV. PIÑEIROS
PAVILLÓN PIÑEIROS
ESCOLA
CAMPO FÚTBOL PIÑEIROS
A.VV. FREIXEIRO
RÍO FREIXEIRO
MUIÑO DAS ACEAS
MEGASA
XULGADO
POLIDEPORTIVO
A.VV. ALTEN
ESCOLA PONTE XUBIA
PASARELA PEONIL
ESCOLA INFANTIL A SOLAINA
COLEXIO AYALA
CAMPO FÚTBOL ESTRELLA
CEIP A SOLAINA
A. VV.
PAVILLÓN CAMPO DA SERRA
COLEXIO VIRXE DO MAR
CONCELLO
CASA DA CULTURA
CENTRO DE SAÚDE
AUDITORIO
BIBLIOTECA
CENTRO MAIORES
PAZO DA CULTURA
XERIÁTRICO EUXA
CASA DA MOCIDADE
POLIDEPORTIVO
SANTIAGO APÓSTOL
A.VV.
ESCOLA DA GÁNDARA
PAVILLÓN
C.C. DOLCE VITA
NAVE IRMÁNS FROILAZ
A. VV. do Couto
Mosteiro do Couto
Polígono Industrial e Comercial da Gándara
Ría de Ferrol
Escala Gráfica
0 100 200 300 400 500 600 700 800 900 1.000 m
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12