

# El Camino de Santiago

## Camino Francés

De León a Santiago

**ANTÓN  
POMBO**

EN COLABORACIÓN  
CON GRONZE.COM

( A PIE O EN  
BICICLETA )



**ANAYA  
TOURING**

# El Camino de Santiago

## Camino Francés

De León a Santiago

( A PIE O EN  
BICICLETA )

**ANTÓN  
POMBO**

EN COLABORACIÓN  
CON GRONZE.COM

**ANAYA  
TOURING**



**A Aymeric Picaud, monje poitevino de Parthenay (s. XII), precursor de todas las guías.**



«Abandonad, si hace falta, una vida cómoda, aquello que os presentan como una situación con porvenir. Lanzaos a los caminos.»

**André Breton, *Los pasos perdidos***

«La carretera no tiene sentido en sí misma; el sentido solo lo tienen los dos puntos que une. El camino es un elogio del espacio. Cada tramo del camino tiene sentido en sí mismo y nos invita a detenernos. La carretera es la victoriosa desvalorización del espacio, que gracias a ella no es hoy más que un simple obstáculo para el movimiento humano y una pérdida de tiempo.»

**Milan Kundera, *La inmortalidad***

UN ÚNICO CAMINO  
A COMPOSTELA

# Etapa 19

## ASTORGA → FONCEBADÓN

# 25,8 km



Mira la etapa  
en [gronze.com](https://gronze.com)



## EL EMBRUJO DEL PAÍS MARAGATO

La meseta toca a su fin atravesando la **Maragatería**, comarca de lomas pardas y suelos pobres, a lo largo de la historia aislada y poblada por una etnia de oscuro origen y prácticas endogámicas, que mantiene una fuerte personalidad. Los maragatos, sobrios y trabajadores, ejercieron la arriería, y de tal oficio se conservan las grandes casonas con sus patios, a los que se accede por puertas de carros. Uno de los pueblos más típicos es **Castrillo de los Polvazares**, que se sitúa en una variante de la ruta, tristemente vinculada al asesinato de la peregrina estadounidense Denise Thiem en 2015, pero también tienen gran sabor **Murias de Rechivaldo** o **Rabanal del Camino**, que ha sido el fin de etapa clásico. Ascender el puerto, antaño denominado de Monte Irago, hasta el núcleo de Foncebadón, renacido de sus ruinas gracias al Camino, permite acortar la etapa siguiente, haciendo más leve el fatigoso descenso a Ponferrada.

### QUÉ VISITAR



#### Castrillo de los Polvazares

Quintaesencia de la Maragatería, si bien como fruto de una recreación a través de una restauración integral. Su **calle Real** aparece protegida con cruces a la entrada y salida. Además de la capilla del Cristo y la parroquial, ofrece un notable conjunto de **caso-nas** provistas de portones para los carros y patios, con sus puertas y ventanas pintadas de verde, y los marcos, de blanco.

#### Rabanal del Camino

Villa itineraria, final de etapa del Calixtino, que nos recibe con la **ermita del Cristo de la Vera Cruz**, del s. XVIII. En la calle Real se disponen la capilla de San José (1733), que conserva una imagen de Santiago, y la **iglesia de la Asunción**, que conserva el ábside semicircular románico (s. XII). El caserío, que cuenta con algún palacio, mantiene el aire de los pueblos maragatos, pero con una impronta más sobria.

### ¡ATENCIÓN, PEREGRINO!



— Si queremos tomar la **variante de Castrillo de los Polvazares**, no hemos de desviarnos a la izda. por el pueblo, sino seguir de frente la carretera LE-142.

— Una tormenta acabó, en 2013, con el anciano **roble del Peregrino**, situado al lado izdo. de la carretera poco antes de llegar a Rabanal. No lo busquéis en vano.

— **Rabanal del Camino** tiene un pequeño monasterio benedictino, fundado por monjes procedentes de Silos que atienden la parroquia e invitan cada día a los peregrinos a cantar gregoriano y orar: vísperas a las 19 h, y completas con bendición de peregrinos a las 21:30 h. De mayo a oc-

tubre acogen peregrinos que quieran quedarse con ellos un mínimo de dos noches (no se admiten reservas). [monteirago.org](http://monteirago.org).

☹️ Al salir de Rabanal comprobamos que la Junta de Castilla y León se ha cargado, en 2019, algo **más de 1 km de nuestro Camino** para convertirlo en una ancha y despersonalizada pista forestal. ¡Increíble pero cierto!

☹️ Por si lo anterior fuese poco, el alcalde de Santa Colomba de Somoza procedió a hormigonar un año antes, con escaso sentido del valor patrimonial del núcleo, la **calle Real de Foncebadón**, que ahora parece una pista de aterrizaje.



## — BICIGRINOS —

— Entre Murias de Rechivaldo y la salida de El Ganso veremos que, además del camino de tierra para los peatones, existe otra pista también aterrada para vehículos agrícolas. Si no vamos por la carretera, casi siempre paralela hasta Rabanal, conviene que utilicemos este camino para no molestar a los que van a pie.

— De Rabanal a Foncebadón hay varios tramos por sendas pedregosas que es mejor evitar: la carretera, sin apenas tráfico, es la mejor opción.

## ALTERNATIVAS A LA ETAPA

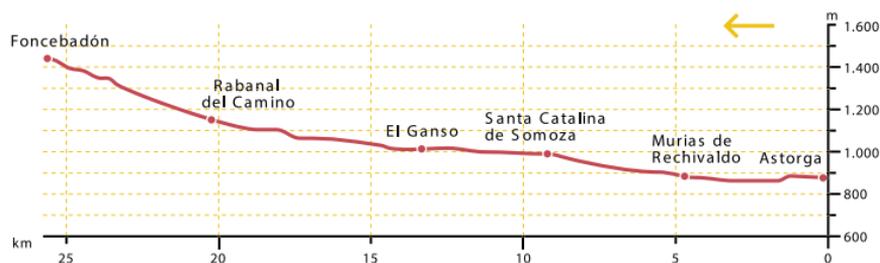


**1.** Dando por supuesto que **Astorga** es un fin de etapa obligado, sobre todo para quienes hacen el Camino por vez primera, suele surgir el dilema de si hemos de concluirla en **Rabanal del Camino** o en **Foncebadón**. A medida que ha ido creciendo la oferta de Foncebadón, cada vez más peregrinos prefieren alargar la etapa esos 5,6 km y subir gran parte del puerto ese día para afrontar al día siguiente el exigente descenso al Bierzo. En cualquier caso, Rabanal del Camino es una loca-

lidad muy acogedora, que cuenta con albergues tan emblemáticos como Gaucelmo o Nuestra Señora del Pilar.

**2.** La **variante por Castrillo de los Polvazares**, que solo suma 600 m a la distancia de la jornada y está señalizada con flechas amarillas, nos permitirá conocer la escenografía de un pueblo maragato perfectamente conservado a lo largo de su calle Real, y quizá degustar el célebre cocido maragato, aunque luego a ver quién es el guapo que retoma la marcha.

## ALTÍMETRO

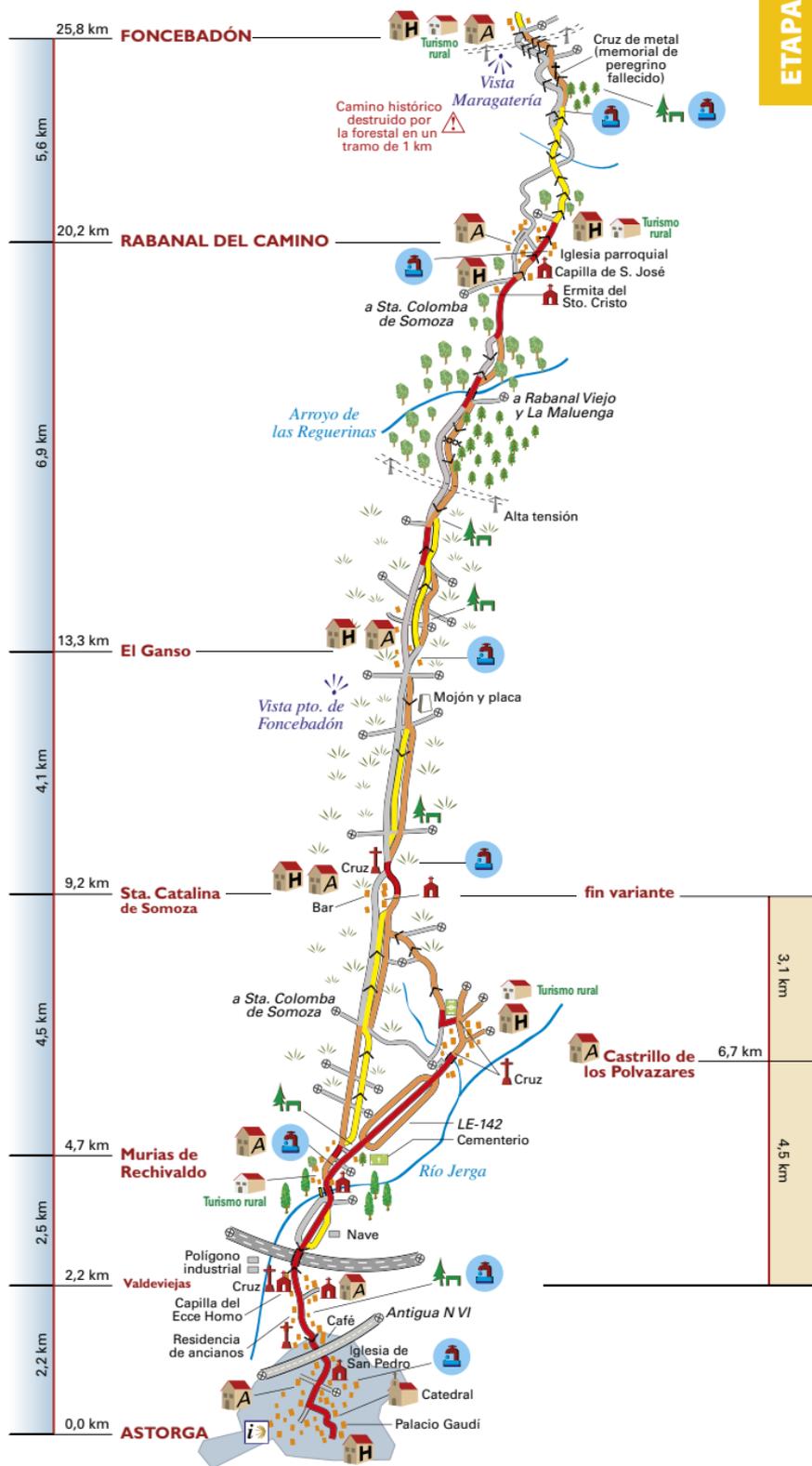


## EL CAMINO

### ASTORGA [0 km]

(873 m, 10.475 habitantes)  
Todos los servicios.

→ Desde la fachada de la catedral se sigue la calle Leopoldo Panero, ante la casa-museo del poeta, y luego la de San Pedro hasta la iglesia homónima. Una vez que se cruza la N-VI, ya no hay pérdida, pues la arbolada LE-142 prosigue hasta la solitaria ermita del Santo Cristo de Valdeviejas.



**VALDEVIEJAS** [2,2 km]

(860 m, 130 habitantes)

Alojamiento, restaurante (a 800 m).

**Albergue** 

— **Albergue Ecce Homo de la Junta Vecinal.** 150 m a la dcha. del Camino. T. 620 960 060; 618 445 910; 626 733 658. Desde 2010, atendido por Ramiro. 10 plazas en 4 habs. de 2 y 3 en camas con ropa. 2 duchas y 2 wc. Cocina sin utensilios, microondas, máquinas de bebida y comida, lavadora y secadora (€), sitio bicis. Salón social en edificio aparte. Hasta las 22 h. Marzo-octubre. 5 €.

→ **Superada la A-6, el andadero se prolonga hasta Murias, donde entramos tras cruzar el río Jerga.**

**MURIAS DE RECHIVALDO** [4,7 km]

(882 m, 111 habitantes)

Alojamiento, bar.

**Albergues** 

— **Albergue de la Junta Vecinal.** 120 m a la dcha. del Camino, en las antiguas escuelas junto a la carretera. T. 638 433 716. *alberguemurias.wixsite.com*. Reformado en 2016, atendido por Pedro. 18 plazas en una hab. (dos literas, el resto camas, con ropa). 2 baños. Lavadora (€), sitio bicis, jardín. Hasta las 23 h. Todo el año. 9 €.

— **Albergue privado Casa Flor.** 170 m a la dcha. del Camino, la última casa en la carretera frente al albergue de la Junta Vecinal. T. 644 695 872. Desde 2011, atendido por Míriam e Ingo. 8 plazas en 2 dormitorios, cada uno con su baño, más 2 habs. dobles con baño (ind. 40 €, doble 50 €); sábanas desechables, taquillas con llave. Lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis, admite mascotas, jardín. Bar-restaurante (cena comunitaria 12 €, desayuno 4 €). De 13-22 h. De marzo al 20 de diciembre. 15 €.

— **Albergue privado Las Águedas.** Camino de Santiago, 52. Junto al Camino, al final del pueblo. T. 987 691 234; 636

067 840. *lasaguedas.com*. En una típica casa maragata con su patio. Desde 2004. 30 plazas en 2 habs. de 8 y 22, más 4 habs. y salón con chimenea en una **casa rural** (doble 55 €, triple 80 €); taquillas con llave. 6 duchas y 6 wc. Cocina completa, lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis, aceptan mascotas. Bar (cena a consultar, desayuno 5 €). Desde las 12:30 h. Marzo-octubre, resto del año, solo grupos. 15 €.

**Alojamiento alternativo** 

— **Hotel rural La Veleta**<sup>\*\*\*</sup>. Plaza Mayor, 1. A 80 m del Camino, al otro lado de la carretera hacia la iglesia. T. 616 598 133; 620 013 794. *laveleta.net*. 5 habs., salón con chimenea, patio maragato. Ind. 41 €, doble 55 €, triple 75 €.

— **Hostería Casa Flor**<sup>\*\*</sup>. Edificio de piedra junto al albergue del mismo nombre, pero con distinta gestión. T. 987 603 148; 609 478 323. 8 habs. Doble 55 €, triple 70 €.

**Comer** 

— **Bar Cris.** Camino de Santiago, 23. T. 672 684 123. Bocatas, hamburguesas, combinados y tortilla.

→ **Proseguimos, desde ahora cuesta arriba, por una paramera.**

**SANTA CATALINA DE SOMOZA** [9,2 km]

(997 m, 50 habitantes)

Alojamiento, bar, restaurante.

**Albergues** 

— **Albergue privado La Bohème.** El Pozo, 11. T. 722 233 486, +33 658 262 257. Una casa maragata de piedra. Desde 2022, atendido por David. 10 plazas en dos habs. de 4 y 6 (literas y camas); ropa de cama. Nevera, microondas, lavadora, jardín. No se aceptan bicicletas. Yoga, instrumentos musicales para que quien lo desee, si sabe, toque y cante. Cena y desayuno comunitarios (vegetariano y vegano). De 13 a 22 h. De abril a octubre. Todo de donativo.

— **Albergue privado El Caminante.** Real, 2. Junto al Camino. T. 987 691 098; 638 102 837. *elcaminante.es*. Casa tradicional con patio. Desde 2004. 22 plazas en 2 habs. de 10 y 12, más 12 habs. con los símbolos del zodiaco en un **hotel rural** (ind. 30 €, doble 45 €, triple 60 €, x4 75 €). Dos baños completos. Ascensor, lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis, accesible, admite mascotas, jardín. Bar-restaurant (menú 10 €). Todo el año. 10 €.

— **Albergue privado San Blas.** Real, 11. Junto al Camino. T. 987 691 411; 637 464 833. Desde 2006, atendido por Rubén. 20 plazas en 2 habs., más otras 8 habs. en una hospedería (ind. 30 €, doble 35-40 €, triple 45-50 €). 2 duchas y 2 wc. Lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis. Bar-restaurant (menú 10 €, desayuno 4 €). De 10 a 23 h. Todo el año.

#### Alojamiento alternativo

— **Hotel rural Vía Avis.** 😊 Sol, 21. A 80 m del Camino, en la carretera. T. 987 199 319; 609 822 219. *viaavis.com*. Casona maragata de 1776 con patio. 6 habs., salón-biblioteca, minicocina. Ind. desde 65 €, doble desde 75 € (con desayuno).

→ **La calle Real se transforma en vereda, por la que descendemos hasta El Ganso.**

#### EL GANSO [13,3 km]

(1.013 m, 28 habitantes)  
Alojamiento, bar, tienda.

#### Albergue

— **Albergue privado Gabino.** Real, 9. T. 660 912 823. Junto al Camino, a la salida del pueblo. Desde 2007, atendido por Aaron. 26 plazas en 3 habs., más 3 **aptos.** (ind. 40 €, doble 50 €, triple 60 €); taquillas. Cocina completa, lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis, jardín, masajes. Bar-tienda. De marzo a mediados de noviembre. 10 €.

#### Comer

— **Tea & Coffe.** Camino Real, 20. Tras el albergue Gabino, en la carretera a la salida del pueblo. T. 625 318 585. Pensado para el peregrino, con buenos desayunos y tienda.

— **Bar Cowboy.** En el Camino. T. 678 592 224. Atendido por Ramiro, exlegionario, con una decoración singular. Sidrería y merendero. De abril a octubre.

— **Bar La Barraka.** En el Camino. T. 987 691 808. Atendido por Pilar. Bar con bocadillos y menú a 10 €.

→ **Rebollares y pinares nos acompañan, siempre en ascenso y evitando en gran medida el asfalto, hasta Rabanal.**

#### Alojamiento alternativo

— **Apartamentos rurales Las Carballedas.** A 130 m del Camino, 1,5 km antes del centro de Rabanal. T. 686 705 595; 690 332 155. *lascarballedas.com*. Casa nueva de estilo tradicional, con jardín y piscina. Atendidos por Paula y Álex. 4 aptos. y 6 estudios. Doble a partir de 60 €.

#### RABANAL DEL CAMINO [20,2 km]

(1.149 m, 62 habitantes)

Alojamiento, bar, restaurante, tienda.

#### Albergues

— **Albergue de la Junta Vecinal.** En la plaza. T. 678 433 962; 655 274 613. En la antigua escuela, una casa de piedra con jardín. Atendido por Pedro. 36 plazas en 2 habs. de 14 y 22 (literas y camas); bajera y funda de almohada. Cocina completa, salón, lavadora (€), accesible. De 11 a 22 h. Todo el año, en invierno con reserva. 10 €.

— **Albergue Gaucelmo.** 😊 Calvario, 4. Junto a la iglesia, en una casa de piedra del obispado de Astorga. *csj.org.uk/refugio-gaucelmo*. Desde 1991, gestionado por la Confraternity of St. James, con hospitaleros voluntarios. Preferencia de peregrinos de a pie con mochila, no se aceptan grupos ni usuarios con coche de apoyo.

36 plazas en 3 habs. de 4, 12 y 20. Salón con chimenea, cocina, centrifugadora, sitio bicis, acepta mascotas, estupendo jardín. Desayuno comunitario. De 14:30 a 22 h. Semana Santa-octubre. Donativo.

— **Albergue privado Nuestra Señora del Pilar.** En la plaza. T. 987 631 621; 616 089 942. *albergueelpilar.es*. En una tradicional casa maragata con patio. Desde 1996, atendido por Isabel. 76 plazas en 2 habs., más 4 habs. privadas de baño compartido (ind. o doble 35 €); bajera y funda de almohada. 5 duchas y 5 wc. Salón-comedor con chimenea, cocina completa, lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis, mascotas en privadas. Bar (bocadillos y platos económicos, desayuno 3 €). Hasta las 23 h. De marzo a comienzos de diciembre. 10 €.

— **Albergue privado La Senda.** Real, s/n. T. 669 819 060; 696 167 038. *hostel-caminodesantiago.com*. A la entrada del Camino. Desde 2007, atendido por Ángela. 34 plazas en habs. de 4 y 6 (con llave) y 12. 3 baños completos y un aseo. Salón con chimenea, cocina completa, lavadora y secadora (€), calefacción, máquinas de bebidas frías y calientes, sitio bicis, acepta mascotas, jardín, masajes. De 9 a 22 h. Semana Santa-octubre. 5-7 € (según tipo de habitación).

### Alojamiento alternativo y comer



— **Hotel rural Casa Indie\*\*\*.** Medio, 4A. Junto a la plaza. T. 625 470 392. *casaindie.com*. Casa maragata con patio del s. xvii. Atendida por Alba. 5 habs., bar, comidas. Ind. desde 45 €, doble desde 55 €, triple desde 65 €, x4 desde 80 €.

— **Hotel rural La Posada de Gaspar\*.** Real, 27-29. T. 987 631 629. *laposadadegaspar.com*. Antiguo hospital de peregrinos del s. xvii. 14 habs., bar-restaurante (menú 6+7 12 €, vegano 4+4 14 €), cocido maragato. Ind. 42 €, doble 54 €, triple 68 €.

— **Hostería El Refugio\*.** Real, 27-29. T. 987 631 629; 648 975 949. *elrefugiohosteria.com*. Junto a la iglesia. Atendido por Cristina, Antonio y Pilar. 16 habs., mesón

con cocido maragato, botillo y menú a 11 €, especial a 17 €. Ind. desde 35 €, doble desde 50 €.

— **Posada El Tesín.** Real, s/n. A la entrada del Camino. T. 635 527 522; 625 470 392. *posadaeltesin.com*. 4 habs. Cantina (bocadillos, combinados, menú 11 €). Ind. 40 €, doble 50 €, triple 65 €.

— **Hostal La Candela.** A la entrada del pueblo, junto a la ermita del Santo Cristo. T. 987 691 810. *hostallacandela.com*. 6 habs., jardín, bar (bocadillos, menú 11 €). Ind. 36 €, doble 50 €, triple 75 € (con desayuno).

— **Casa rural de Rabanal-Oca.** En la plaza. T. 625 470 392. Atendida por Alba. 6 habs. Cocina compartida. Ind. desde 30 €, doble desde 36 €, triple desde 46 €, x4 desde 56 €.

— **Hostal El Descanso de Gaia.** Calvario, s/n. T. 606 004 470. *eldescansodegaia.com*. 4 habs. con baño compartido, también se alquila completo. Ind. 27 €, doble 37 €, triple 47 €.

— **B&B The Stone Boat.** Real, 7. T. 652 660 504. *thestoneboat.com*. Atendida por Kim, residencia temporal de artistas invitados. 3 habs., bar. Ind. 40 €, doble 55 € (con desayuno).

→ **El ascenso final al puerto no es tan duro como parece, pues tan solo hemos de superar un desnivel de 300 m desde Rabanal.**

### FONCEBADÓN [25,8 km]

(1.439 m, 31 habitantes)

Alojamiento, bar, restaurante, tienda.

### Albergues



— **Albergue parroquial Domus Dei.** En la antigua iglesia. Desde 2007, gestionado por los Amigos del Camino de Santiago del Bierzo, con hospitaleros voluntarios. 18 plazas en una hab., ampliables con colchonetas; sábanas desechables. 4 duchas y 2 wc. Nevera, microondas, lavadora (€). Cena comunitaria y desayuno. De 12 a 22:30 h. Abril-octubre. Donativo.

— **Albergue privado Casa Chelo.** Real, 23. T. 641 023 636; 619 165 384. En una ca-

sa de piedra reconstruida. Desde julio de 2021, atendido por Chelo. 10 plazas en una hab. (literas y 2 camas), más 2 habs. en una **casa rural** (ind. desde 30 €, doble desde 54 €); con sábanas y toalla, taquillas con llave. Dos baños. Microondas, nevera, lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis. De 12 a 22 h. Todo el año. 15-20 € (litera o cama, con desayuno).

— **Albergue privado Convento de Foncebadón.** Calle Real. Atendido por Montse y Victorino. T. 987 053 934; 658 974 818. 24 plazas en 4 habs. de 6, más una **casa rural** con 13 habs. (ind. desde 39 €, doble desde 50 €, triple desde 60 €); bajera y funda de almohada, taquillas. Un baño por habitación. Lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis. Bar-restaurante (menú 10 €, desayuno 4,50 €). De 12 a 22 h. Marzo-noviembre. 10 €.

— **Albergue privado La Posada del Druida.** Calle Real. T. 987 053 928; 696 820 136. Casa de piedra con un patio interior. Desde 2014, atendido por David. 20 plazas en 3 habs. de 4 y 8, más 6 habs. privadas en un **hostal\*** (ind. 41 €, doble 56 €, triple 76 €, con desayuno); taquillas con llave. Aseos chicas/chicos. 4 duchas y 4 wc. Lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis. Bar (menú 11 €, desayuno). De 12 a 22 h. Marzo-octubre. 10 € (con desayuno).

— **Albergue Monte Irago.** Calle Real. Desde 2006, atendido por Luka y María. T. 634 355 537. 35 plazas en 2 habs. 4 duchas y 4 wc. Lavadora y secadora (€), ca-

lefacción, sitio bicis. Bar (cena 8 €, desayuno 3 €). Hasta las 23 h. Todo el año. 5 €. — **Albergue privado La Cruz de Fierro.** Calle Real. T. 699 752 144. *alberguelacruzdefierro.es*. Desde 2011, atendido por Jesús y Vicente. 34 plazas en 2 habs. de 16 y 18; bajera y funda de almohada, taquillas con llave. 4 duchas y 4 wc. Salón-comedor con chimenea, cocina completa, lavadora y secadora (€), calefacción, sitio bicis, accesible, jardín. De 12 a 22 h. De marzo a noviembre (en invierno solo con reserva). 10 €.

### Alojamiento alternativo y comer



— **Hostal Trasgud de Foncebadón.\*** 😊 Calle Real. T. 987 053 877; 681 102 716. *el-trasgudefoncebadon.com*. Casa del s. XIX en piedra. 4 habs. (ind. desde 36 €, doble desde 48 €, triple desde 70 €, x4 desde 88 €), salones, tienda muy surtida (también parafarmacia), bar-restaurante (menú cuidado 13 €, selección de cafés, tés e infusiones). De marzo a noviembre.

— **La Taberna de Gaia.** 😊 T. 616 585 143. *latabernadegaia.com*. Para disfrutar de buena y abundante comida, servida al estilo medieval con completa ambientación, elaborada por Enrique, Pilar y su equipo. De noviembre a mayo solo fines de semana.

— **Pizzería L'Isola che non c'è.** 😊 Calle Real. T. 689 789 609. Auténtica pizza italiana a cargo de Giovanni. Cierra en invierno.

## VARIANTE DE CASTRILLO DE LOS POLVAZARES — ↗

→ Para llegar a Castrillo se suele recomendar la LE-142 (2 km), pero si se quiere evitar el asfalto, a la izda. del albergue público de Murias se puede tomar la pista agraria conocida como «Camino de los Carboneros», que dejaremos antes de llegar a la carretera indicada a la dcha., alcanzando el aparcamiento y el inicio de la calle Real (2,3 km).

Al final de dicha calle (cruz de madera), las flechas nos devolverán al trazado principal poco antes de Santa Catalina de Somoza.

### CASTRILLO DE LOS POLVAZARES [6,7 km]

(907 m, 101 habitantes)  
Alojamiento, bar, restaurante.

**Albergue** — **Albergue de la Junta Vecinal.**

Jardín, 5 (junto a la hostería Cuca la Vaina). T. 691 221 058. Registro y llaves en el B&B Flores del Camino. Desde 2011, atendido por Bertrand y Basia. 8 plazas en una hab. 2 duchas y 2 wc. Cocina, sitio bicis. Cena y desayuno comunitarios de donativo. De 12 a 22 h. Semana Santa-octubre. 5 €.

**Alojamiento alternativo** 

— **Hostería Cuca la Vaina\*\*.** Jardín, 1. T. 987 691 078; 649 988 254. *cucalavaina.es*. 7 habs., bar-restaurant (cocido maragato 22 € +bebida, cierra lunes salvo agosto y festivos), tienda de productos artesanos de la zona. Ind. 50 €, doble 60 €, triple 75 €.

— **B&B Flores del Camino.** Real, 36. T. 691 221 058. Casa de arrieros con patio y jardín, taller galería de arte. Atendida por Bertrand y Basia, estudiosos de los rosetones medievales del Camino. Ind. 50 €, doble 60 €, triple 70 €.

**Comer** 

Los restaurantes de Castrillo están especializados en el cocido maragato;

la bebida se paga aparte, y en algún caso también el postre.

— **Mesón la Magdalena.** Real, 21. T. 987 691 067; 696 245 990. Cocido 19,50 €.

— **Coscolo.** Magdalena, 1. T. 987 691 984. Cocido 22 €.

— **Mesón del Arriero.** Real, 4. T. 987 691 047; 665 662 561. Cocido 21 € (cierra miércoles).

— **Entrepiedras.** Real, 29. T. 696 010 600. Cocido 19 € (cierra martes).

— **Casa Juan Andrés.** Juan José Cano, 16. T. 987 691 971; 696 235 422. Cocido 23 €.

— **Casa Maruja.** Real, 24. T. 987 691 065; 699 598 579. Quizá el más auténtico del pueblo, con la señora Maruja Botas convertida en una institución, pero donde es imprescindible reservar con bastante tiempo. Cocido con bebida 22 €.

**Otros** 

— **El Trechuro.** 😊 Real, 37. Una taberna cultural con muy buen ambiente, cerveza artesana de la casa, tapeo, estupendo jardín, de visita obligada.

**IDEAS PARA PASAR LA TARDE EN FONCEBADÓN**

Un superperegrino andarán o alguien que llegue temprano a Foncebadón, ya que el paseo es de 1 h ida y otra para regresar, podría atreverse a conocer la **cascada de la Fervencia**, señalizada desde el pueblo y con muchos *tracks* e información en internet. Nos aproximaremos a ella por el valle del Acebal, así denominado por la abundancia de acebos, que comparten espacio con robles y avellanos, ascendiendo algo más de 300 m hasta el Pra-

do de la Molina, desde donde una tortuosa senda desciende al lugar. Darse un chapuzón en la poza, de agua siempre fría y bajo el torrente, es una experiencia única. Se puede regresar por un camino algo más largo pero más fácil al este. En bici no es recomendable el trayecto por el valle ni la bajada a la Fervencia, pero existe una ruta alternativa, al oeste, sobre pistas forestales, y se vuelve por el mismo camino que a pie (en total, 8,4 km).

Sin embargo, como sin duda habremos llegado cansados, al menos conviene elegir una buena ubicación para disfrutar de la **puesta de sol**, grandiosa en la montaña.

Y para la cena, una tentación: **La Taberna de Gaia**, un restaurante ambientado en el Medievo.

## EL COCIDO MARAGATO



En Astorga o en cualquier pueblo de la comarca, mejor con frío que en verano, no debe dejar de probarse el típico **cocido maragato**. Siempre se sirve al revés, o sea, la carne primero, con morcillo y cecina de vaca, pata, lacán, tocino y oreja de cerdo, chorizo, gallina y relleno, a veces con una ensalada de tomate. Después de la artillería pesada vienen los garbanzos finos y el repollo de asa de cántaro, y a veces también las patatas cocidas. Queda para el final la sopa de cocido con

fideos. El postre habitual son las natillas caseras con barquillo, mazapán, rosca, bizcochos o galleta María. Y para la digestión, un café de pota y copita de aguardiente, licor de hierbas o quemada. Es normal acompañar el cocido con vino tinto recio de León o del Bierzo. Muchas leyendas y teorías explican la forma de servir este cocido, pero los más pragmáticos asumen que, haciéndolo así, se toma todo caliente y que, si algo sobra, que sea lo pobre, pues otro día se aprovechará.

