

**praça de abastos:
un gran espectáculo**
gastronómico, cultural, arquitectónico...

**plaza de abastos:
un gran espectáculo**
gastronómico, cultural, arquitectónico...



praça de abastos: un gran espectáculo

gastronómico, cultural, arquitectónico...

A Praza de Abastos, unha das cinco máis importantes de España e segundo monumento máis visitado da cidade despois da Catedral, leva desde 1873 achegando unha gran variedade de produtos naturais e frescos aos fogares e establecementos hosteleros de Santiago e bisbarra. A gran maioría destes produtos proviñen das nosas terras, polo que descubrir a Praza de Abastos de Santiago permíttelle ao visitante descubrir a esencia da gastronomía galega.

La Plaza de Abastos, una de las cinco más importantes de España y segundo monumento más visitado de la ciudad después de la Catedral, lleva desde 1873 acercando una gran variedad de productos naturales y frescos a los hogares y establecimientos hosteleros de Santiago y comarca. La gran mayoría de estos productos provienen de nuestras tierras por lo que descubrir la Plaza de Abastos de Santiago permite al visitante descubrir la esencia de la gastronomía gallega.

O mercado, cunha extensión de 5.613,56 m², encádrase en pleno centro histórico da cidade, flanqueado pola igrexa de San Fiz de Solovio ao sur e a igrexa de Santo Agostiño ao Norte. Calexas, prazas e outros edificios emblemáticos rodéana creando unha contorna arquitectónica dunha gran riqueza cultural e artística digna de visitar.

El mercado con una extensión de 5.613,56 m², se encuadra en pleno casco histórico de la ciudad, flanqueado por la iglesia de San Fiz de Solovio al Sur y la iglesia de San Agustín al Norte. Callejuelas, plazas y otros edificios emblemáticos lo rodean creando un entorno arquitectónico de una gran riqueza cultural y artística digno de visitar.

O edificio actual foi construído en 1941 por Joaquín Vaquero no mesmo emprazamento que o antigo mercado de 1873, do que se aproveitou o lousado de granito e a muralla que mira cara á rúa de Virxe da Cerca. De estilo ecléctico, nesta obra recoñécese pezas tomadas tanto do románico e do barroco como da arquitectura popular. En planta componse de dous cadrados divididos cada un en catro naves que se abren a unha praça central e a unha torre cunha fonte. Realizado en cantaría de granito, as cubertas son de bóveda de cañón e a ambos lados, sobre os postos, ábrese grandes ventás de medio punto, dándolles gran luminosidade aos espazos interiores. A entrada a cada unha das naves lembra as fachadas das capelas románicas.

El edificio actual fue construido en 1941 por Joaquín Vaquero en el mismo emplazamiento que el antiguo mercado de 1873, del que se aprovechó el enlosado de granito y la muralla que mira hacia la rúa de Virxe da Cerca. De estilo ecléctico, en esta obra se reconocen piezas tomadas tanto del románico y del barroco como de la arquitectura popular. En planta se compone de dos cuadrados divididos cada uno en cuatro naves que se abren a una plaza central y a una torre. Realizado en sillaría de granito, las cubiertas son de bóveda de cañón y a ambos lados, sobre los puestos, se abren grandes ventanales de medio punto, dando gran luminosidad a los espacios interiores. La entrada a cada una de las naves recuerda las fachadas de las capillas románicas.



A Praza de Abastos recupera a memoria histórica das feiras e mercados populares de Galicia. Representa outra maneira de comprar, ligada ás tradicións rurais e marifeiras da nosa terra e afastada das grandes superficies comerciais. Nela séguese mantendo as formas de comercio tradicional; a especialización das súas tendas e o trato directo co cliente constitúen algúns dos seus principais encantos. Ademais, o prezo do produto resulta inferior e con máis garantías que os doutros establecementos ao non sufrir o custo dos intermediarios.

Un paseo polas súas oito naves descubriralle o gran espectáculo que ten lugar de luns a sábado desde horas ben temperás ata o mediodía. Desde que accedemos ao recinto unha explosión de cores inunda a nosa ollada e unha infinidade de cheiros demóstranos a frescura dos seus produtos. Neste recinto coexisten diversos provedores de produtos dándolle ao cliente a opción de elixir e axustar a compra ao seu orzamento.

A nave que máis chama a atención é probablemente a dedicada a peixes e mariscos, tan acabados de saír do mar que en moitos casos están vivos. Carnes, aves e coellos vivos, patacas, pan, froitas, verduras e legumes, queixos e embutidos, produtos ecolóxicos, viños e licores, mel e tamén flores, sementes e plantas completan este bodegón, e permiten entender a cultura gastronómica de Galicia.

Fóra das naves, pódese ver aínda numerosas paisanas, mulleres que especialmente os xoves e sábados, días de maior actividade no mercado, séntanse ante grandes cestos de vimbio colmados de produtos das súas granxas e hortas. Polos e coellos, mollos de grelos anoados con vimbios, restras de cebollas e allos trenzados, pirámides de queixos así como outros produtos de tempada recrean esta colorista exposición e o balbordo campesiño digno de visitar. Son moi coñecidas as pementeiros de Padrón que todos os veráns venden na praça estes pequenos pementos verdes e requichados. Os días de máxima afluencia poden coincidir ata máis de 100 paisanas, agrupadas segundo a localidade de procedencia e tipo de produto e comerciando do mesmo xeito desde hai séculos.



Fuera de las naves, se puede ver todavía a numerosas "paisanas", mujeres que especialmente los jueves y sábados, días de mayor actividad en el mercado, se sientan ante grandes cestos de mimbre colmados de productos de sus granjas y huertas. Pollos y conejos, manojos de grelos anudados con vimbios, ristras de cebollas y ajos trenzados, pirámides de quesos así como otros productos de temporada recrean esta colorista exposición de bullicioso aire campesino digno de visitar. Son muy conocidas las "pementeiros de Padrón" que todos los veranos venden en la plaza estos pequeños pimientos verdes y respingones. Los días de máxima afluencia pueden coincidir hasta más de 100 paisanas, agrupadas según la localización de procedencia y tipo de producto y comerciando del mismo modo desde hace siglos.

Caixas que se arrastran, bolsas, carríos da compra, moedas, voces que se comunican entre si e unha infinidade de murmullos compón xunto co son de fondo das campás da Catedral a banda sonora deste espectáculo. VEN GOZALO!!

Cajas que se arrastran, bolsas, carríos de la compra, monedas, voces que se comunican entre si y un sinfín de murmullos componen junto con el sonido de fondo de las campanas de la catedral la banda sonora de este espectáculo. VEN A DISFRUTARLO!!

apúntate a...

COMPRO E COCIÑO CON...

Guiados en todo momento polos mellores e máis recoñecidos xefes de cociña (Lago Castrillón, Beatriz Sotelo, Marcelo Tejedor, Pepe Solla, Pedro Roca...) os participantes cocinan no taller os produtos que antes compraron no tradicional mercado de Abastos. + info: www.santiagoservas.com | www.santiagoturismo.com

TOUR GASTRONÓMICO

Todos os sábados do ano / Tempada alta xoves e sábados

Esta visita guiada a pé discorre por tendas de alimentación tradicional - rúa do Vilar, Casa dos Queixos, rúas das Orfas e Caldeirería, praça de Cervantes e da Acibecheira - e polo moi auténtico e popular mercado de Abastos. Grazas ás explicacións do guía, os participantes coñecerán as claves da cultura gastronómica galega e da dieta atlántica, os segredos dos alimentos e os métodos de cociñado máis típicos. A visita termina cunha degustación de produtos 100% galegos. + info: www.santiagoservas.com | www.santiagoturismo.com

TI COMPRAS E NA CAFETERÍA COCIÑOANO...

Na cafetería situada na Praza de Abastos ofrécenche un servizo peculiar: cocinar os produtos que compres no mercado para degustalos ao momento.



COMPRO Y COCINO CON...

Guiados en todo momento por los mejores y más renombrados chefs (Lago Castrillón, Beatriz Sotelo, Marcelo Tejedor, Pepe Solla, Pedro Roca...) los participantes cocinan en el taller los productos que antes han comprado en el tradicional mercado de Abastos. + info: www.santiagoservas.com | www.santiagoturismo.com

TOUR GASTRONÓMICO

Todo los sábados del año / Temporada alta jueves y sábados

Esta visita guiada a pie discorre por tiendas de alimentación tradicionales - rúa do Vilar, Casa de los Quesos, rúas Orfas y Caldeirería, plaza de Cervantes y de la Acibecheira - y por el muy auténtico y popular mercado de Abastos. Gracias a las explicaciones del guía, los participantes conocerán las claves de la cultura gastronómica gallega y de la dieta atlántica. Los secretos de los alimentos y los métodos de cocinado más típicos. La visita termina con una degustación de productos 100% gallegos. + info: www.santiagoservas.com | www.santiagoturismo.com

TÚ COMPRAS Y EN LA CAFETERÍA LO COCINAN...

En la cafetería situada en la Plaza de Abastos te ofrecen un servicio peculiar: cocinar los productos que hayas comprado en el mercado para degustarlos al momento.



establecementos e servizos establecimientos y servicios

ALIMENTACIÓN / ALIMENTACIÓN

Aves / Aves
Bacallau / Bacalao
Carnicería / Carnicería
Chacinería / Charcutería
Conxelados / Congelados
Froitas / Frutas
Ovos / Huevos
Legumes / Legumbres
Marisco / Marisco
Pan / Pan
Peixe / Pescado
Produtos ecolóxicos / Productos ecológicos
Queixos / Quesos
Verduras / Verduras
Viños e licores / Vinos y licores

VARIOS / VARIOS

Artesanía galega / Artesanía gallega
Bazar / Bazar
Cafetería / Cafetería
Flores e sementes / Flores y semillas
Especias / Especies
Xoiaría / Joyería
Moda / Moda
Mercería / Mercería
Perfumería / Perfumería
Quiosco / Quiosco
Reparación calzado / Reparación calzado
Reparación paraugas / Reparación paraguas
Tecidos / Tejidos

SERVIZOS / SERVICIOS

Servizo a domicilio / Servicio a domicilio
Gratuito para compras superiores a 60 euros, nun radio de 15 km. Tamén lle realizan as xestións necesarias para envíos ao resto de España.

Gratuito para compras superiores a 60 euros, en un radio de 15 km. También se realizan las gestiones necesarias para envíos al resto de España.

Pedidos / Pedidos
Por teléfono / por teléfono: 981 583 438
Por internet / por internet: www.mercadodeabastosdesantiago.com

Shopper / Shopper

Consigna / Consigna

Máquina envasadora ao baleiro / Máquina envasado al vacío

Descontos / Descuentos
Á parte dos servizos xerais da Praza de Abastos, moitas das tendas ofrecenlle á súa clientela descontos para aparcadoiros e autobuses e descontos a estudantes.

Aparte de los servicios generales de la Plaza de Abastos, muchas de las tiendas ofrecen a sus clientes descuentos para parkings y autobuses y descuentos a estudiantes.

os mellores produtos da nosa gastronomía

los mejores productos de nuestra gastronomía

mariscos e moluscos / mariscos y moluscos

O marisco galego é dunha calidade e sabor indiscutible. No noso mercado encontrarás unha gran variedade de especies de gran calidade e fresca, que moitas veces van ligadas á súa localidade de orixe: as ostras de Arcade, as lagostas do Grove, as ameixas de Carril, os percebes da Costa da Morte...

Alguns mariscos representan un apreciado aperitivo: as nécoras, os camaróns e os lagostinos, as ameixas, as navallas e os berberechos, as ostras e os mexillóns... mentres que outros constitúen un prato máis contundente, como as cigalas, a lagosta, o lumbricante, a centola, o boi, as vieiras...

Entre os moluscos destacamos o polbo, que se consume durante todo o ano e está presente en todas as feiras de Galicia. A preparación tradicional é á feira, é dicir, cocido, torado, condimentado con aceite virxe extra, sal grosso e pemento doce e picante, servíndose nun prato de madeira.

El marisco gallego es de una calidad y sabor indiscutibles. En nuestro mercado encontrarás una gran variedad de especies de gran calidad y fresca, que muchas veces van ligadas a su localidade de origen: las ostras de Arcade, las langostas de O Grove, las almejas de Carril, los percebes de A Costa da Morte... Algunos mariscos representan un apreciado aperitivo: las nécoras, los camarones y los langostinos, las almejas, las navajas y los berberechos, las ostras y los mejillones... mientras que otros constituyen un plato más contundente, como las cigalas, la langosta, el bogavante, la centolla, el buey, las vieiras... Entre los moluscos destacamos el pulpo, que se consume durante todo el año y está presente en todas las ferias de Galicia. La preparación tradicional es "á feira", es decir, cocido, troceado, condimentado con aceite virgen extra, sal gruesa y pimentón dulce y picante, sirviéndose en un plato de madera.



peixes / pescados

Entre a gran variedade de peixes, os máis saborosos son sen dúbida os que se pescan nas rías ou nas proximidades da costa: pescada, rodaballo, robaliza, cherna, linguado... que se degustan fundamentalmente á prancha, á galega ou en caldeirada. Entre as especies de menor tamaño son moi populares as sardiñas, as xoubas e os xurelos, todos eles protagonistas das brasas de calquera festa gastronómica galega. Entre os peixes de río destacamos as tróitras e o salmón, as anguias e a famosa lamprea, que se caracteriza por cociñarse no seu propio sangue. Outro produto destacado na nosa Praza é o bacallau.

Entre la gran variedad de pescados, los más sabrosos son sin duda los que se pescan en las rías o en las proximidades de la costa: merluza, rodaballo, lubina, mero, lenguado... que se degustan fundamentalmente a la plancha, a la gallega o en caldeirada. Entre las especies de menor tamaño son muy populares las sardinas, las "xoubas" (sardinas pequeñas) y los jureles, todos ellos protagonistas de las brasas de cualquier fiesta gastronómica gallega. Entre los peces de río destacamos las truchas y el salmón, las anguias y la famosa lamprea, que se caracteriza por cocinarse en su propia sangre. Otro producto destacado en nuestra Plaza es el bacalao.

carnes / carnes

A carne galega goza tamén de gran prestixio. A tenreira galega é a primeira carne de vacún con control integral e certificado de garantía. Chuletetas e chuletóns, solombo e xarrete son algunhas das partes máis apreciadas e saborosas... Doutra banda, a carne de porco posúe tamén un gran protagonismo na nosa terra xa que é a base de dous dos nosos pratos típicos dos días de inverno o cocido e o lacón con grelos. O cocido realízase tamén con carne de tenreira e polo pero do porco pódese botar de todo, cachucha, orella, morro, rabo, espiñazo, costela, touciño, lacón, unllas, chourizos, e todo iso acompañado por grelos e/ou repollo, boas patacas, garavanzos e fabas. É o noso prato nacional e febreiro, época de entroido, é a mellor data para degustalo.

Entre as aves, destaca o capón, polo criado cunha rigorosa alimentación natural e con espazo suficiente para moverse; é un dos pratos típicos do Nadal.

La carne gallega goza también de gran prestigio. La ternera gallega es la primera carne de vacuno con control integral y certificado de garantía. Chuletetas y chuletones, solomillo, y jarrete son algunas de las partes más apreciadas y sabrosas... Por otro lado, la carne de cerdo posee también un gran protagonismo en nuestra tierra ya que es la base de dos de nuestros platos típicos de los días de invierno "el cocido" y el "lacón con grelos". El cocido se realiza también con carne de ternera y pollo pero del cerdo se le puede echar de todo, "cachucha" (cabeza), oreja, morro, rabo, espinazo, costilla, tocino, uñas, chourizos, y todo ello acompañado por grelos y/o repollo, buenas patatas, garbanzos y alubias. Es nuestro plato nacional y febrero, época de carnaval, es la mejor fecha para degustarlo. Entre las aves, destaca el capón, pollo criado con una rigurosa alimentación natural y con espacio suficiente para moverse; es uno de los platos típicos navideños.

pan e empanadas / pan y empanadas

A famosa empanada galega faise de todo e todo pode meterse dentro da empanada. Faise con diferentes masas, trigo ou millo e énchese con carnes de todo tipo, peixes, mariscos e incluso máis modernamente só de vexetais. O pan é outro dos produtos que sempre está presente nas mesas galegas. Pode ser de trigo, de centeo ou de millo, aquí máis coñecido como pan de millo ou boroa, que pode levar mesturadas dentro da masa pasas.

La famosa empanada gallega se hace de todo y todo puede meterse dentro de la empanada. Se hace con diferentes masas, trigo o maíz y se rellena con carnes de todo tipo, pescados, mariscos e incluso más modernamente sólo de vegetales. El pan es otro de los productos que siempre está presente en las mesas gallegas. Puede ser de trigo, de centeno o de maíz, aquí más conocido como "pan de millo" o "brona", que puede llevar mezcladas dentro de la masa pasas.

froitas e verduras / frutas y verduras

Poderás encontrar todo tipo de produtos recentemente apanados da horta: patacas, tomates, xudías, chícharos, cenorias... sendo os máis coñecidos e típicos os grelos, o repolo, as verzas, as nabizas cos que se fai un dos pratos máis típicos: o caldo galego. A castaña, é outro alimento típico, consómese no outono cocido ou asado. Outro dos produtos estrela, neste caso do verán, son os pementos de Padrón dos que se di que "uns pican e outros non".

Podrás encontrar todo tipo de productos recién cogidos de la huerta: patatas, tomates, judías, guisantes, zanahorias... siendo los más conocidos y típicos los grelos, el repollo, las berzas, las navizas con los que se hacen uno de los platos más típicos el caldo gallego. La castaña, es otro alimento típico, se consume en el otoño cocida o asada. Otro de los productos estrella, en este caso del verano, son los pimientos de Padrón de los que se dice que "unos pican y otros no".

queixos e embutidos / quesos y embutidos

Os bos queixos sempre están presentes na Praza. Elaborados artesanalmente, resultan exquisitos polo seu sabor e textura. Arzúa-Ulloa, Cebreiro, Tetilla e San Simón son as catro denominacións de orixe que existen deste produto na nosa terra. Se falamos de embutidos, sen dúbida os máis demandados son os que proceden do porco como chourizo, xamón, lacón, androlla, botelo e morcilla.

Los buenos quesos siempre están presentes en la Plaza. Elaborados artesanalmente, resultan exquisitos por su sabor y textura. Arzúa-Ulloa, Cebreiro, Tetilla y San Simón son las cuatro denominaciones de origen que existen de este producto en nuestra tierra. Si hablamos de embutidos, sin duda los más demandados son los que proceden del cerdo como chorizo, jamón, lacón, androlla, botelo y morcilla.

viños e licores / vinos y licores

En Galicia destacan cinco denominacións de orixe: Monterrei, Ribeira Sacra, Ribeiro, Valdeorras e Rias Baixas. O viño branco galego de máis prestixio, el Albariño, pertence a esta última e é un acompañante indispensable de peixes e mariscos. E como complemento dixestivo destacan o orujo e a queimada, cuxo principal ingrediente é a augardente galega.

En Galicia destacan cinco denominaciones de origen: Monterrei, Ribeira Sacra, Ribeiro, Valdeorras y Rias Baixas. El vino blanco gallego de más prestigio, el Albariño, pertenece a esta última y es un acompañante indispensable de pescados y mariscos. Y como complemento digestivo destacan el orujo y la queimada, cuyo principal ingrediente es el aguardiente gallego.

