

# La Cepeda

MANUAL DEL VIAJERO  
POR LAS COMARCAS DE  
**CUATRO**  **VALLES**  
LEÓN



Avda. Mancho, 92 - 24120 Canales - La Magdalena. LEÓN. ESPAÑA  
Tel.: 00 34 987 581666 . Fax: 00 34 987 581568  
cuatrovalles@cuatrovalles.es - www.cuatrovalles.es

Coordinación:



**Tomero y Romillo**  
[www.tomeroyroellido.com](http://www.tomeroyroellido.com)

Contenidos, textos y fotografías:

*Tomero y Romillo*

*Gelu Belinchón / Ordoño Llamas / Marta Ferrero*

Ilustraciones:

*Luis Frechilla*

Cartografía:

*Servicio de Análisis de Imagen y Cartografía  
Universidad de León*

Diseño y maquetación:

ESTRATEGIA  ESTUDIO CREATIVO

D.P. LE - 1119 - 2008

© de la edición G.A.L. CUATRO VALLES

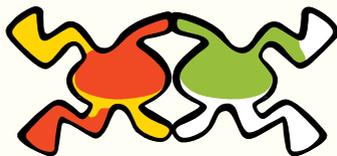


# LA CEPEDA

MANUAL DEL VIAJERO  
POR LAS COMARCAS DE CUATROVALLES

L E Ó N

REALIZADO POR



**Tomero y Romillo**

————— LEÓN 2008 —————



**Pag.4. LA CEPEDA**

*Pag.4. Mapa*

*Pag.5. Introducción*

**Pag.7. BREZOS Y PINARES DE REPOBLACIÓN**

**Pag.9. CONTRASTES...**

**Pag.14. ENCRUCIJADA**

**Pag.16. CAMINO DE COMPOSTELA**

**Pag.21. GASTRONOMÍA**

*“Cocido cepedano”*

**Pag.23. RUTAS DE SENDERISMO**

*Pag.24. “Los Cañones del Górgora”*

*Pag.25. “La Isla”*

*Pag.26. “El Celemín”*

*Pag.27. “La Laguna Gallega”*

**Pag.28. PUNTOS DE INTERÉS**

*Pag.29. “Embalse de Villameca”*

*Pag.29. “El Cueto San Bartolo”*

*Pag.30. “La Ribera del Tuerto”*

*Pag.31. “Explotaciones auríferas de La Veguellina”*

*Pag.31. “Iglesia de Fontoria”*

**Pag.32. SERVICIOS TURÍSTICOS**

**ALOJAMIENTOS • Turismo Rural**

*Casas Rurales de Alquiler*

*Pag.33. “La Casa del Tío Avelino” – Riofrío (Quintana del Castillo)*

*“Barbariel” – Riofrío*

*“Tío Vicente” – Ábano de Cepeda (Quintana del Castillo)*

*Pag.34. “La Central de Robledo” – Zacos de Cepeda (Magaz de Cepeda)*

*“Cumbres Borrascosas” – Brañuelas (Villagatón-Brañuelas)*

*Centros de Turismo Rural*

*Pag.34. “Casa Amagada” – Quintana del Castillo*

*Pag.35. “Montealegre” – Montealegre (Villagatón – Brañuelas)*

**ALOJAMIENTOS • Turismo Tradicional**

*Campamentos de Turismo*

*Pag.35. “Camping Río Tuerto” – Villamejil*

**RESTAURANTES**

*Pag.36. “Las Praderas” – Morriondo de Cepeda (Quintana del Castillo)*

*“Casa Amagada” – Quintana del Castillo*

*“Camping de Villameca” – Villameca (Quintana del Castillo)*

**Pag.37.** “Merendero Matías” – Villameca (Quintana del Castillo)  
 “La Escuela de Donillas” – Donillas  
 “Bar Julio” – Sueros de Cepeda (Villamejil)

**Pag.38.** “Pandorado” – Cogorderos de Cepeda (Villamejil)  
 “Casa Nisio” – Vega de Magaz (Magaz de Cepeda)  
 “Hostelería del Manzanal” – Manzanal del Puerto (Villagatón – Brañuelas)

**Pag.39.** “Mesón Manzanal” – Manzanal del Puerto (Villagatón – Brañuelas)  
 “Casa Manolo” – Montealegre (Villagatón – Brañuelas)

#### EMPRESAS AGROALIMENTARIAS

##### *Pan y Repostería*

**Pag.40.** “Panadería El Rinconín” – Cogorderos de Cepeda (Villamejil)

##### *Miel*

**Pag.40.** “Miel Ecológica Urzapa” – Sueros de Cepeda (Villamejil)

#### ARTESANÍA

##### *Cerámica*

**Pag.41.** “Marta Rivera” – Cogorderos de Cepeda (Villamejil)

#### **Pag.43.** ANEXOS

**Pag.44.** Magaz de Cepeda

**Pag.45.** Quintana del Castillo

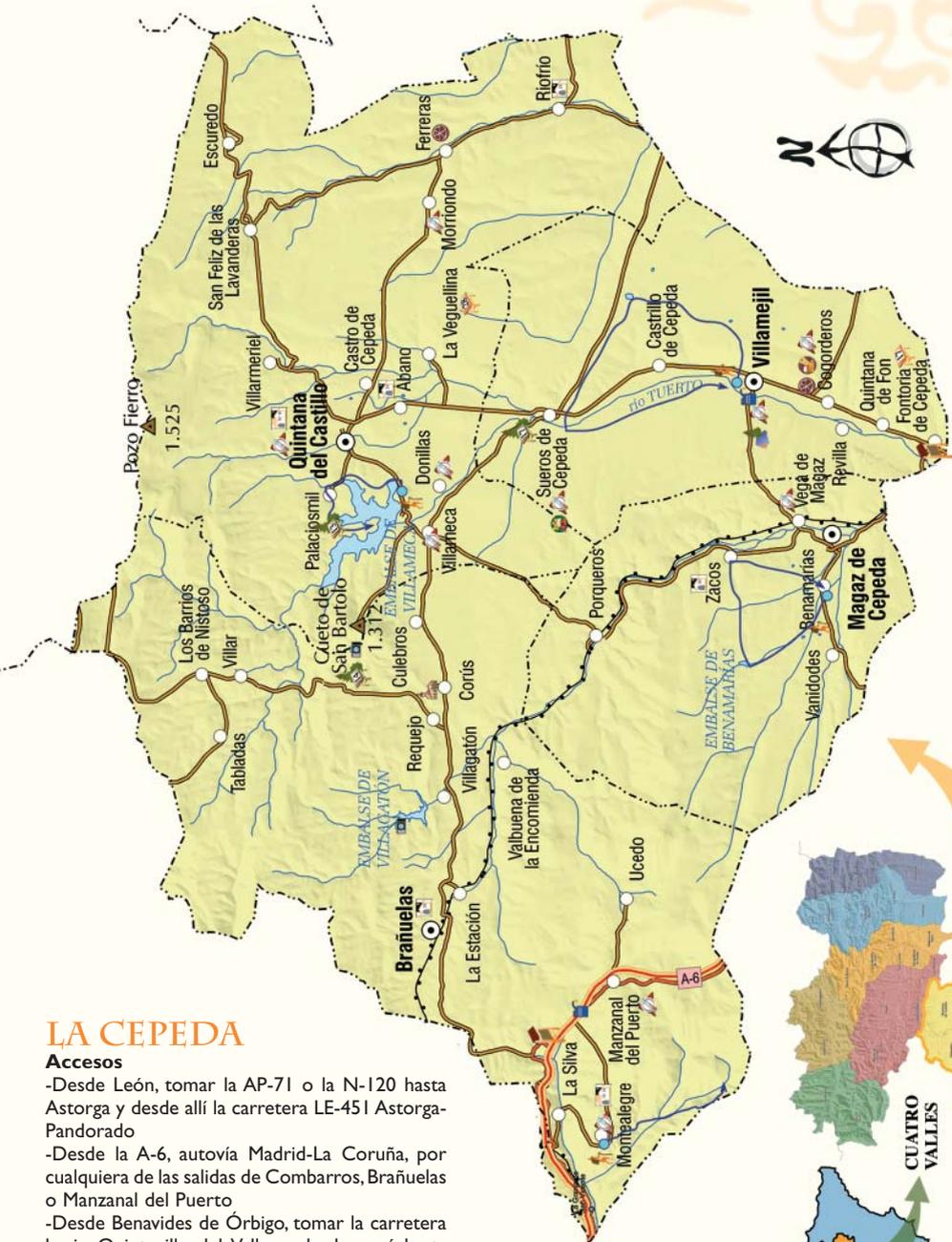
**Pag.46.** Villagatón-Brañuelas

**Pag.47.** Villamejil

**Pag.48.** Pictogramas

**Pag.49.** Alojamientos de turismo rural en Castilla y León

**Pag.50.** Datos de interés



## LA CEPEDA

### Accesos

- Desde León, tomar la AP-71 o la N-120 hasta Astorga y desde allí la carretera LE-451 Astorga-Pandorado
- Desde la A-6, autovía Madrid-La Coruña, por cualquiera de las salidas de Combarros, Brañuelas o Manzanal del Puerto
- Desde Benavides de Orbigo, tomar la carretera hacia Quintanilla del Valle y desde aquí hasta Cogorderos
- Desde Carrizo de la Ribera, tomar la carretera hacia Riofrío
- Desde La Garandilla se accede a La Cepeda a través de la LE-451

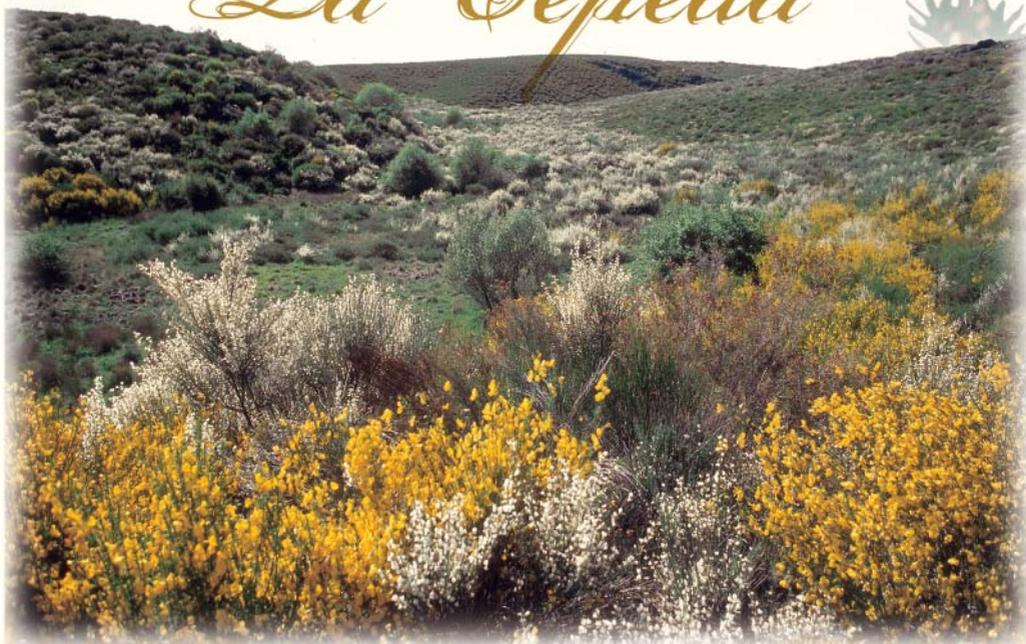


Sin duda son las cepas las que han dado nombre a esta comarca, La Cepeda. Aunque difieran las versiones de los distintos autores. Para unos sería el cepo, la raíz del brezo o urz, planta muy abundante, a la que se referiría este apelativo. Para otros habría sido el intenso proceso de deforestación sufrido en la zona el que originaría el nombre, al dejar al descubierto los tocones o cepas de los árboles talados.

La Cepeda, la más meridional de las comarcas que conforman el Grupo de Acción Local Cuatro Valles, está integrada por los municipios de Magaz de Cepeda, Villamejil, Quintana del Castillo y Villagatón-Brañuelas. Los dos primeros constituyen la denominada Cepeda Baja, mientras que La Cepeda Alta la componen Quintana del Castillo y Villagatón-Brañuelas.

Lugar tradicional de paso, La Cepeda se sitúa en la encrucijada de cuatro comarcas: Omaña al norte, La Maragatería al sur, el Órbigo al este y El Bierzo al oeste. Todas tintan a los pueblos colindantes con sus costumbres, maneras y paisajes; sin embargo, es en este crisol, donde La Cepeda ha encontrado su diferencia y originalidad.

# La Cepeda



*Escobas y urces (brezos) en Nistoso.*

Punto de encuentro entre la Meseta y El Bierzo, entre las cuencas del Sil y del Duero, entre lo atlántico y lo mediterráneo, es en esta concurrencia donde La Cepeda despliega todas sus singulares características.

Los Montes de León, los relieves más antiguos de la provincia, conforman los límites septentrional y occidental de la comarca. Modelados a lo largo del tiempo, sus formas redondeadas, desgastadas, de cumbres planas y vertientes convexas caracterizan el paisaje. Entre los crestones de corazón cuarcítico y pizarroso se encuentran algunas de las mayores altitudes locales: el Pozo Fierro (1.531 m), el Cueto Oliva (1.434 m), el Cueto San Bartolo (1.322 m) o el Manzanal (1.230 m).

En el arcaico relieve cincelaron sus cauces el río Tuerto, arteria de la comarca, y sus tributarios, entre los que destaca el Porcos, que deslizan sus aguas entre



valles y angosturas. Este paisaje montaraz domina en los municipios de Quintana del Castillo y Villagatón-Brañuelas, donde las rugosas formas del terreno han permitido la construcción de los dos embalses existentes en la comarca, el de Villameca y el de Villagatón. Capaces de retener las aguas del Tuerto el primero y del Porcos el segundo, ambos regarán aguas abajo, los cultivos, huertas y frutales de Villamejil y Magaz de Cepeda, los dos ayuntamientos de más clara vocación agrícola.

## BREZOS Y PINARES DE REPOBLACIÓN

En Quintana del Castillo, las envejecidas cumbres se suceden con valles ocupados por ríos, arroyos y regatos, que mecen sus aguas para dar vida al Tuerto. Escobas y piornos, pero sobre todo distintas especies de brezos, se encuentran

entre las plantas capaces de sobrevivir en estos raquíuticos suelos pizarrosos.

Durante años, la obtención de carbón a partir de las retorcidas raíces de los brezos, llamadas cepos o tuérganos, fue una de las principales actividades económicas de la comarca.

Los hombres solían pasar el día en el monte, arrancando las urces con un pesado azadón. De la planta se aprovechaba prácticamente todo: con las raíces se elaboraba carbón y las ramas se ataban en manojos formando fejes; ambos eran utilizados como combustible para hogares y cocinas por su elevado poder calorífico.

Desde los años cuarenta, sucesivas repoblaciones van sustituyendo la extensa alfombra de brezos por pinares que, lenta pero inexorablemente, dan un nuevo aspecto al municipio.

En toda la comarca existen grandes extensiones de terreno ocupadas por estos cultivos forestales donde crecen distintas especies de pinos, como el silvestre, cuya corteza, en la parte superior del tronco, conforma unas características escamas de color anaranjado; el resinero, de gruesa y



robusta corteza; o el negral, con corteza plateada. Son frecuentes las choperas en los terrenos que flanquean el cauce del río Tuerto; también pueden encontrarse, aunque de forma más escasa, plantaciones de roble americano, nogal o cerezo, cuya madera es muy apreciada. Estos cultivos forestales, junto a otras actuaciones, están permitiendo diversificar la economía rural.



**Pino resinero**  
*Pinus pinaster*



**Pino negral**  
*Pinus nigra ssp. laricio*



**Pino silvestre**  
*Pinus sylvestris*

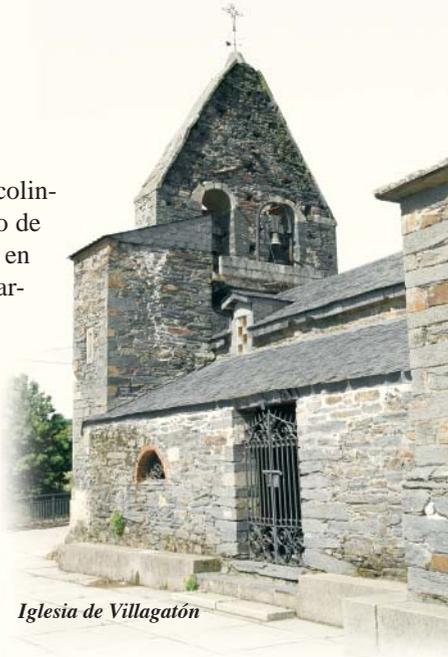
## CONTRASTES...

La separación de la comarca cepedana de la colindante cuenca berciana se produce en el municipio de Villagatón-Brañuelas, donde el monte se fractura en recortados crestones cuarcíticos y profundas gargantas labradas por numerosos arroyos.

Paralelo al minero valle del Tremor, las montañas de Villagatón-Brañuelas, cuyo nombre rememora tiempos de la Reconquista, cuando allá por el siglo IX estos valles fueron repoblados por el Conde Gatón, esconden en sus entrañas vetas de carbón.



*Cañones del Górgora. Montealegre*



*Iglesia de Villagatón*

El negro mineral se extrajo en las minas cercanas por mineros locales y foráneos. Pueblos como La Silva o Montealegre se llenaron de trabajadores venidos desde la cercana Maragatería y de otras comarcas.

De aquellos tiempos, poco queda. Apenas las bocaminas, cargaderos y lavaderos abandonados; las vagonetas y las desgastadas herramientas, expuestas ahora en algunos pueblos, como recuerdo de este reciente pasado.

La flora es agradecida en este entorno y mientras los suelos más improductivos siguen ocupados por brezos, piornos o pinares de repoblación, las laderas orientadas al sur se engalanan con robles y encinas achaparradas, la vegetación natural de la comarca.



En los angostos cañones, las condiciones de sombra y la elevada humedad permiten la presencia algunos de los representantes más primitivos del mundo vegetal como líquenes, helechos, musgos y hongos. Árboles como avellanos, alisos, serbales o sauces, se asientan también en estos ambientes.

Sin duda es durante la primavera cuando los valles de la comarca muestran todo su atractivo. Es entonces cuando el extenso tapiz púrpura que conforman las flores de las distintas especies de brezos aparece salpicado por amarillos de piornos, escobas, cambrones y retamas o blancos de jaras y escobas; también el roble descubre en este tiempo su verde más brillante. Tal vez, la carretera que une San Feliz de las Lavanderas con Ferreras, flanqueada por rebollos, sea uno de los mejores lugares para apreciar este singular cromatismo.

Las plantas medicinales tienen en estos pagos un entorno ideal donde prosperar. Manzanilla y romero, espliego y tomillo, entre otras muchas, perfuman las soleadas primaveras y las engalanan con todos sus colores. Base de ungüentos y recetas tradicionales transmitidas de generación en generación, todavía existen en la comarca algunos curanderos reconocidos por el éxito de sus tratamientos.

Espliego y tomillo



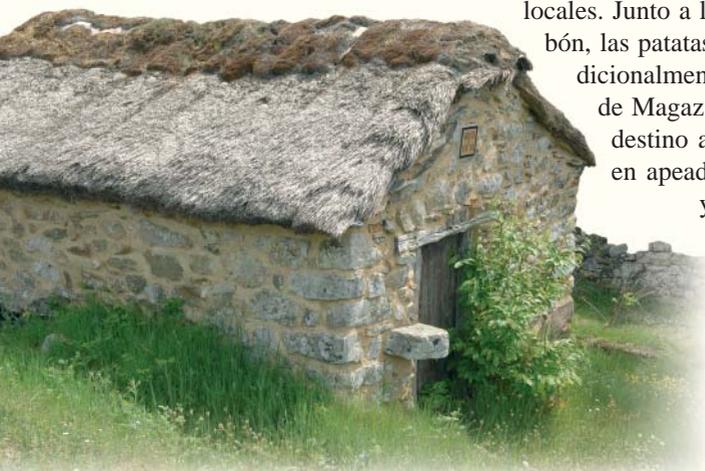


*Sueros de Cepeda*

A lo largo del tiempo, los vetustos materiales erosionados de los Montes de León ocuparon los chanos, páramos y planicies elevadas hasta los 1.000 m de altitud de La Cepeda. En ellos se cultivó tradicionalmente cereal. La preparación de la tierra, el arado, la siembra, la siega, la maja o la trilla, son actividades bien conocidas en el campo cepedano, sobre todo en los municipios de más clara vocación agrícola como Magaz de Cepeda y Villamejil, donde cada 15 de mayo, se sigue festejando con fervor a San Isidro Labrador. Pero entre ambos municipios, existen también diferencias. Mientras en Magaz el centeno de secano sigue creciendo de año en año en quñones alternos, en Villamejil, las aguas del Tuerto generan una productiva vega donde las patatas cepedanas crecen en suelos profundos y frescos, para convertirse en uno de sus principales productos

locales. Junto a la paja, los cereales y el carbón, las patatas cepedanas se cargaban tradicionalmente en las estaciones de Vega de Magaz, Porqueros o Brañuelas con destino a Galicia. Convertidas ahora en apeaderos, desde finales del XIX y hasta bien entrado el s. XX, estas estaciones contemplaron el trasiego de viajeros y mercancías.

Hasta que en 1881 entró en funcionamiento el denominado “túnel del Lazo”, el trayecto férreo Madrid-Galicia



*Molino con cubierta de paja de centeno.  
San Feliz de las Lavanderas*

se interrumpía en Brañuelas, donde los viajeros debían tomar una diligencia hasta Torre del Bierzo y salvar así el desnivel existente con el contiguo valle del río Tremor.

Una curiosa historia, que bien pudiera ser cierta, atribuye a un pastor cepedano la

solución a este problema. Cuentan que tras hablar del asunto con alguno de los ingenieros del ferrocarril, el pastor murió en extrañas circunstancias; fue sin embargo su idea la que por fin permitió unir Galicia con la Meseta.

El esplendor comercial de la comarca se manifestó de forma especial también en el tradicional mercado que, desde 1930 y hasta 1970, se celebraba en lunes alternos en Sueros de Cepeda. Ganados, mercancías, mercaderes y comerciantes, compradores y curiosos, ocupaban la plaza que guarda en sus soportales los ecos de trueques y conroblas.

Además, los mercados del martes en Astorga, o del jueves en Benavides, recibían no pocos productos cepedanos entre los que sin duda sobresalían las patatas y el carbón de brezo, muy apreciado para las cocinas. Varias ventas, como la de la Perdiz en Cogorderos, de la que apenas queda el recuerdo, jalonaban los caminos por los que trasegaban sus mercancías los arrieros.

La bonanza económica de esos años ha quedado también plasmada en algunas calles de Vega de Magaz o en el barrio de la estación de Porqueros.

El paisaje agrícola del ayuntamiento de Magaz de Cepeda es bien distinto del de Villamejil. Representante de aquel señorío de Valdemagaz, poco parecen haber cambiado sus campos desde entonces.

El estrecho valle del Porcos se perfila en un mosaico de pequeñas tierras de labor limitadas por muretes de piedra y setos vegetales. En las más próximas a los pueblos se cultivan huertas y frutales como manzanas



Estación de Brañuelas

San Isidro  
Labrador



camuesas. A medida que los campos se alejan del caserío, los cereales vuelven a ganar protagonismo.

Pequeños rodales de roble salpican los terrazgos constituyendo un lugar ideal para jabalíes, corzos, perdices o liebres que, llegada la temporada, hacen las delicias de los aficionados a la caza.

En este medio montañoso abundan las fuentes y manantiales de aguas claras ricas en hierro. De propiedades mineromedicinales, es posible disfrutar de ellas en “La Congosta”, así llaman a la ribera del río Porqueros por la que también discurre, paralelo a su cauce, el trazado de la actual carretera, o en Valbuena de la Encomienda, donde hasta bien entrado el s. XX, numerosos viajeros llegaban a “tomar las aguas”.



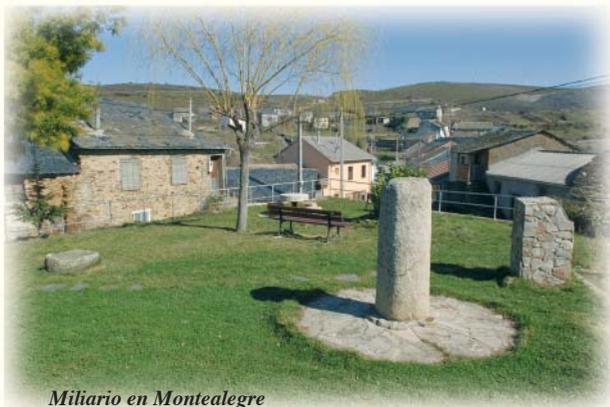
*La Veguellina*



*Nistoso*

*Recogiendo patatas*





*Miliario en Montealegre*

## ENCRUCIJADA

Ancestral punto de intersección y encuentro, dos grandes ejes surcan La Cepeda de norte a sur y de este a oeste, definiendo su devenir.

De norte a sur, la carretera provincial LE-451 atraviesa la comarca conectándola con Astorga y la vecina Omaña.

Auténtica arteria de comunicación, en sus márgenes se distribuyen casi todas las localidades de los municipios de Villamejil y Quintana del Castillo.

El origen de esta vía posiblemente pueda vincularse al trazado de la Vía de la Plata, la gran calzada que históricamente conectara el occidente peninsular entre Mérida (*Emerita Augusta*) y Astorga (*Asturica Augusta*). Camino por excelencia,



*Laguna Gallega*



por ella han transitado gentes y culturas, ejércitos y ganados, sirviendo como calzada, cañada y real camino.

Ventas, puentes, fuentes y lagunas, como la Gallega en los chanos de Villamejil, constituían hitos destacados en el camino a su paso por La Cepeda. Durante la trashumancia su trayecto se adaptaba a la forma tradicional de cultivo, en turnos “de año y vez”, que obligaban a alternar el recorrido en función de la hoja cultivada cada año. Para ello existían las coladas, sendas entre los campos en barbecho, y los caminos de servidumbre. Las tierras surcadas por los rebaños recibían a cambio un preciado tesoro, el abono, en forma de estiércol, de la próxima cosecha. La colada de Ferreras fue utilizada sobre todo a partir del s. XX, cuando los rebaños de merinas llegaban hasta Astorga en tren.

Además de calzadas, Roma dejó en La Cepeda su impronta en forma de explotaciones auríferas, como las de La Veguellina, Zacos o Escuredo, donde sus peñas guardan la bocamina de uno de los pocos yacimientos excavados en la roca, la Cueva de la Braña. La presencia de castaños en estos y otros pueblos, evidencia también su paso por la comarca.

La autovía Madrid-La Coruña, constituye el eje este-oeste de la comarca. Esta importante vía permite comprobar, a su paso por La Cepeda, cómo las ocres tierras maragatas sucumben bajo los vetustos y desgastados

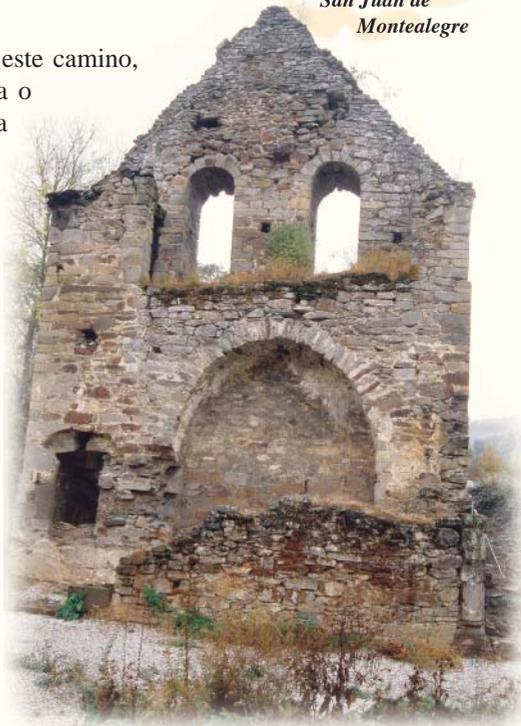


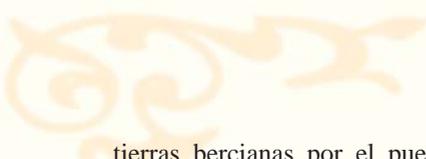
relieves pizarrosos de los Montes de León.

Si se buscara un origen en el tiempo a este camino, posiblemente se encontrara en la Vía Nova o Vía XVIII, la calzada romana que uniera las ciudades de Braga (Bracara Augusta) y Astorga (Asturica Augusta) a través de parajes próximos a los pueblos de Montealegre y La Silva; en ellos se conservan restos de miliarios, los hitos de piedra que marcaban la distancia cada mil pasos.

### CAMINO DE COMPOSTELA

Tres son las vías que unen la cuenca del Duero con el Bierzo: por Rabanal del Camino y Foncebadón, alcanzando con rapidez el corazón berciano; a través del puerto de Manzanal, cuyo trazado correspondería con la romana Vía Nova y por Cerezal de Tremor, que constituye el camino más sencillo, puesto que alcanza





tierras bercianas por el puerto de menor altitud. No en vano, por este paraje se trazó el ferrocarril en el siglo XIX.

Por estos tres mismos accesos discurrían otras tantas variantes del Camino Jacobeo hacia tierras bercianas. El conocido como Camino de Santiago o Camino Francés, en la actualidad la ruta más transitada para arribar Compostela, ya aparece descrito en el Códice Calixtino, manuscrito de mediados del s. XII que se conserva en la catedral compostelana y que refiere el acceso al Bierzo por Rabanal y Foncebadón.

Los otros dos pasos al Bierzo, a través del puerto de Manzanal y a través de Cerezal de Tremor, también fueron utilizados como ruta de peregrinación para alcanzar la meta compostelana. Estas dos vías, hoy prácticamente en desuso y desconocidas por gran parte de los actuales peregrinos, atraviesan La Cepeda.

El paso por el puerto de Manzanal ya fue descrito por el monje alemán Hermann Küning, quien peregrinó desde Centroeuropa en torno a 1495.

En el pasado, cuando ni carreteras ni autopistas salvaban los puertos y pasos más complicados, estos relatos eran la mejor guía a la hora de decidir el camino más adecuado. Las con-



diciones climatológicas, el estado físico del peregrino, los habituales asaltos y emboscadas en algunas partes del trayecto, la visita a algún santuario o sencillamente porque el camino resultaba más llevadero, eran determinantes a la hora de elegir el camino para acercarse a Compostela.

Salvar los Montes de León por el puerto de Manzanal (1.230 m), bien reconocible en la actualidad por la presencia de numerosos aerogeneradores, en lugar de por el de Foncebadón (1.504 m), parece la opción más adecuada. El Diccionario de Madoz (1845-1950) lo recomienda de forma muy gráfica: “...lo que se dice puerto será de largo poco más de una legua; no carga tanto la nieve como el de Foncebadón, y raras veces se pone intransitable cuando la estación no es muy cruda”.

La otra variante del Camino de Santiago que cruza La Cepeda, es el conocido como camino de La Cepeda o de La Cerezal y atraviesa el territorio de este a oeste por de los pueblos de Ferreras, Morriondo, La Veguellina, Donillas, Villameca, Culebros, Corús, Requejo, Villagatón y Brañuelas. Entraba en el Bierzo por los altos de Brañuelas, para descender luego hasta Tremor de Abajo y continuar, en paralelo al curso del río Tremor, hasta el pueblo de Cerezal. Este ramal del camino concluía en Torre del Bierzo, donde se unía a la ruta de Manzanal.

Según algunos autores esta opción era la elegida por los peregrinos procedentes del este desde León, Burgos, Palencia, e incluso Asturias que llegaban a La Cepeda a través de Omaña. Entre los viajeros que debieron escoger este camino en su peregrinación a la tumba del apóstol Santiago, parece encontrarse San Francisco de Asís.

Asociados al camino, una red de albergues, hospitales, posadas, monasterios, ermitas, santuarios, puentes y fuentes, acompañaban al peregrino en su viaje a Compostela. Muy distintos de los actuales, los albergues ofrecían al *concheiro* cama, sal, agua y fuego.

La Cepeda y los caminos que la atraviesan, contaban también con varias de estas infraestructuras, según refieren antiguos documentos y, en muchos casos, la toponimia, ya que en la actualidad, ni las ruinas de estas viejas construcciones testimonian el pasado jacobeo de la comarca.

En torno al s. XII, los monjes hospitalarios de la Orden de San Juan de Jerusalén se establecieron en el Cueto San Bartolo donde construyeron un monasterio, que contaba incluso con molino, del que apenas se conservan algunas piedras que ahora forman parte de iglesias y casas en los pueblos cercanos. Dedicados al apoyo y protección de los peregrinos, además de



Cruz de Malta

atender aspectos religiosos de los pueblos de la comarca, estos monjes-guerrero fueron responsables de la construcción y mantenimiento de numerosas infraestructuras para los peregrinos en toda la comarca.

En Manzanal del Puerto poseyeron una casa-hospital para caminantes y una ermita, hoy desaparecida, dedicada al Santo Cristo de la Calzada. Atendieron también la casa hospitalaria ubicada en el antiguo monasterio de San Martín de Montes, después llamado de San Juan de Montealegre, declarado Bien de Interés Cultural en 1993, del que por desgracia, apenas quedan algunos muros y restos del ábside.

En Cerezal de Tremor existieron un puente, con el que los monjes hospitalarios del Cueto San Bartolo debieron estar relacionados en el cobro de pontazgo, una capilla y un hospital para albergar a cuantos llegaban buscando un lugar donde descansar y reponerse de la fatiga provocada por la dureza del camino. Esta institución fue después mantenida durante siglos por la Cofradía de Santa María Magdalena, constituida por laicos originarios, en su mayor parte, de La Cepeda.

Hoy prácticamente olvidada, la historia de estos dos caminos a Santiago devuelve a la comarca un pasado de trasiego y peregrinaje que vinculaba a estos territorios con el resto del orbe conocido. Las desgastadas piedras que atestiguan este capítulo de la historia, se diluyen ahora en los muros de arcaicas construcciones.

#### *Marcas en piedra. La Silva*





*Partida de bolos en Manzanal del Puerto.  
En La Cepeda se practica una variante del bolo maragato.*

## Cocido cepedano

Ingredientes (para 4 personas)

- 300 gr de garbanzos
- 4 patatas
- 1/2 repollo de berza
- 2 huesos de caña
- 2 huesos de rodilla
- 1/4 kg de lacón
- 2 orejas de cerdo
- 1 pata de cerdo fresca
- 1/2 kg de gallina
- 500 gr de carne de morcillo
- 150 gr de tocino fresco
- 2 chorizos
- 2 morcillas
- 2 puñados de fideos
- sal
- agua
- pimentón
- 2 dientes de ajo

## ELABORACIÓN

Los garbanzos se ponen a remojo la noche anterior, en agua templada y con dos cucharadas de sal.

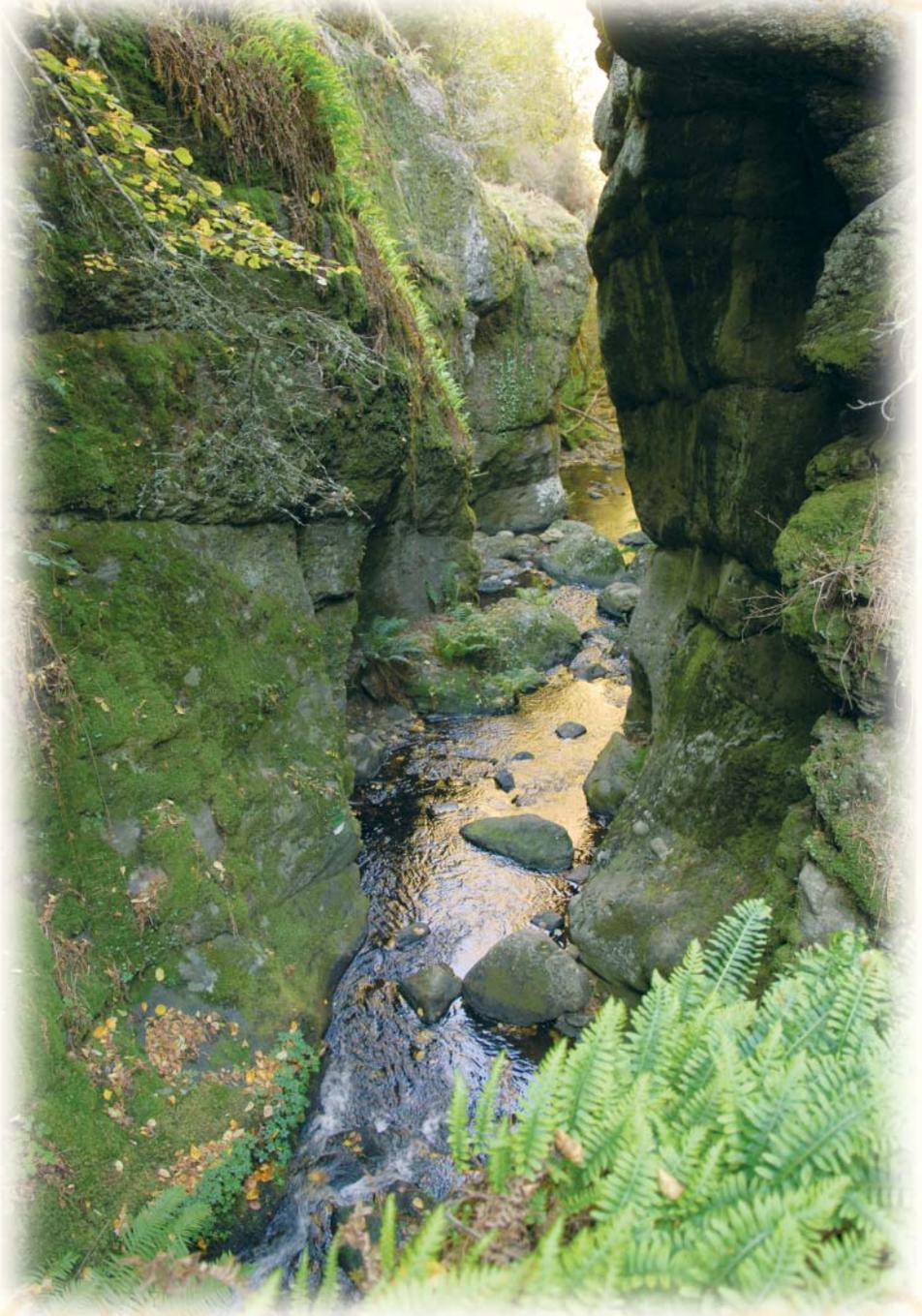
En una cazuela grande se colocan el morcillo, los huesos, el lacón, la pata y el tocino. Se cubre con abundante agua y se pone a cocer. Después de una hora de cocción, se añaden los garbanzos escurridos. Una vez que rompa a hervir de nuevo, se deja a fuego lento. Una hora más tarde, se añaden la gallina, el chorizo y la oreja. El guiso se mantiene a fuego muy lento durante cuatro horas, y media hora antes de estar listo, se añade la sal.

El repollo, picado y lavado, se cuece aparte durante media hora aproximadamente. La berza suele acompañarse con un refrito de ajo y pimentón.

Para hacer la sopa, se retira parte del caldo del cocido, dejando siempre algo para que no se seque la carne; se echan los fideos y se dejan hervir durante unos diez o quince minutos.

A gusto del cocinero, la morcilla se cuece junto al resto de carne o por separado, para evitar que “manche” el resto del puchero.





## *Rutas de senderismo*

La Cepeda, comarca de contrastes, ofrece a la práctica de senderismo vetustas montañas, profundas gargantas, fértiles vegas y estepas cerealistas que pueblan chanos y parameras.

Los recursos naturales se muestran en distintos ambientes y paisajes, donde el ser humano ha intervenido secularmente. Pueblos de exiguas huertas y casas acomodadas a las necesidades de una vida agraria. Tierras de labor y montes ricos en leñas, caza, frutos y pastos..., cualquier rincón exhibe las ancestrales relaciones del hombre con su entorno más cercano.

### **Recomendaciones generales a todas las rutas**

- Es aconsejable llevar ropa y calzado apropiados.
- Aunque en los recorridos propuestos existen manantiales y fuentes, se recomienda no beber agua sin las suficientes garantías sanitarias. Es mejor llevar agua.
- Procure protegerse del sol utilizando sombreros o gorras y protectores solares.
- Por respeto al entorno y a otros posibles visitantes, evite dar voces y llevar aparatos que puedan producir ruidos estridentes.
- La recogida de residuos resulta muy costosa en estas zonas. Procure llevar su basura de regreso y depositarla en contenedores.
- Si se hace la ruta acompañado de un perro, éste no debe estar suelto ya que podría espantar al ganado.
- Además de para senderismo, las rutas que se proponen en La Cepeda ofrecen inmejorables condiciones para bicicleta de montaña.

Cada ruta cuenta con un folleto de apoyo disponible en CUATRO VALLES.





**Ayuntamiento:**  
Villagatón-Brañuelas  
**Punto de inicio:**  
En la localidad de Montealegre  
**Tipo de recorrido:**  
Ida y vuelta por el mismo camino. 4 Km  
**Duración prevista:**  
Dos horas  
**Desnivel máximo:**  
60 m  
**Dificultad:** Media

### ADVERTENCIA:

La ruta está señalizada sólo hasta el arroyo. A partir de este punto, el sendero es peligroso si no se conoce.

La variedad, el cambio, la diversidad, son las características más sobresalientes de esta ruta que discurre por un territorio de transición entre los ambientes atlántico y mediterráneo, divisoria de las cuencas del Duero y del Sil, frontera y paso natural entre La Cepeda y El Bierzo.



Encina



### Interesante:

- Arquitectura tradicional, iglesia y miliario en Montealegre
- Encinares
- Castaños
- Vegetación del arroyo de Mostruelo
- Vistas panorámicas
- Cercanas al pueblo de Montealegre se encuentran las ruinas del monasterio de San Juan de Montealegre, declarado Bien de Interés Cultural



### Punto de interés en ruta: “El arroyo de Mostruelo”

Como un implacable cincel, con el paso del tiempo el arroyo de Mostruelo ha esculpido un angosto cañón dominado por la humedad y la umbría, condiciones perfectas para el desarrollo de alguno de los representantes más primitivos del reino vegetal como hongos, helechos, musgos y líquenes, que dotan a estos profundos parajes de un halo de misterio.

### Ubicación:

En el angosto valle por donde circula el arroyo de Mostruelo.

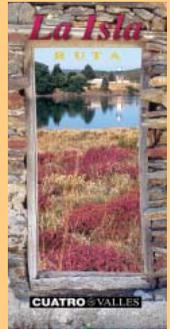


Bajo la mirada atenta del Cueto San Bartolo, el camino se inicia a los pies de la segunda presa del embalse de Villameca, para, tras visitar el pueblo de Palaciosmil, llegar hasta La Isla. Campos de cereales, repoblaciones de pinos y la vegetación de ribera que acompaña al embalse, se suceden en esta ruta que discurre a la sombra de La Sierra, los vetustos Montes de León.

**Interesante:**

- Presas del embalse de Villameca
- Vistas panorámicas
- Pinares de repoblación
- Vegetación asociada a zonas húmedas al pie del embalse
- Arquitectura tradicional en Palaciosmil
- Punto de Interés Natural (PIN nº13) Embalse de Villameca

**Ayuntamiento:** Quintana del Castillo  
**Punto de inicio:** Área de recreo de la segunda presa del embalse de Villameca  
**Tipo de recorrido:** Ida y vuelta por el mismo camino. 13 Km  
**Duración prevista:** Cuatro horas y media  
**Desnivel máximo:** 70 m  
**Dificultad:** Baja



## La Isla

### CUATRO VALLES LEÓN

*Bajo la mirada del Cueto San Bartolo, el camino se inicia a los pies de la segunda presa del embalse de Villameca, para, tras visitar el pueblo de Palaciosmil llegar hasta La Isla. Campos de cereales, repoblaciones de pinos y la vegetación de ribera que acompaña al embalse, se suceden en esta ruta que discurre a la sombra de La Sierra, los vetustos Montes de León.*

**El Cueto San Bartolo**

El Cueto San Bartolo (1.922 m), junto al hecho de la cornisa, Pizzo Fierro (1.931 m) y otros picos, forman parte de los Montes de León. Los elevados están arbolados de pinos. Pinares y cuarteles arborescentes desde el Palaciosmil originan curvas maravillosas cercanas a la Sierra, que separa la cornisa de la Cepeda de Villameca.

Las montañas del Cueto y su alrededor. El Barrio, pueden contemplarse desde cualquier punto del trayecto. Testimonio algo más que el paso del tiempo. Entre 1932 y 1970, se asentaron en el Cueto los Caballeros Hospitalarios de la Orden del San Juan de Jerusalén, desde cuyo convento el monasterio de San Bartolomé del Cueto, destinado a custodiar una variante del Camino de Santiago, el Camino de La Cepeda. Junto al monasterio, existieron un molino de viento y una iglesia, de las que apenas se conservan unos cuantos muros de piedra.

Son muchos los caminos que llevan a la cima del Cueto San Bartolo: desde Coladón, cuya iglesia se originó con muchos de los muros del monasterio, o por el valle conocido que llega hasta a un emplazamiento ya destruido. En esta ruta, los restos de todo la cornisa componen cualquier paisaje.

**El embalse de Villameca**

Proyectado en las vertientes, su construcción se paralizó durante la Guerra Civil, reanudándose la edificación con presión de guerra tras la contienda, de manera que se redujeron los costes con la presencia del Fascismo. Finalizó, siguiendo con producción de la cornisa.

El agua que sirve de energía motriz de los turbinos Turco y Valenciano, así como de numerosos arroyos y ríos. El regar se transformó en canal de riego, que, al ser canalizado, conduciendo por una BPS, vega donde las tierras de cultivo, las chopales y las huertas, han sustituido a los arroyos y cursos de agua.

En un valle regular también el caudal del río Tuerto, que aporta, con el deshielo, grandes algarbes de los puentes de su ribera. Pero se agotan un caudal vital, el pueblo de Obago, que dedicado a la ganadería y la agricultura ha recogido en 30 viviendas de pie con destino a Ponceña (Caldad). Sus ruinas aparecen aún cuando el nivel del agua disminuye.

**Ruta**

**DESCRIPCIÓN**

**Itinerario:** 13,5 Km - 7 horas

**Inicio:** Área de recreo de la segunda presa del embalse de Villameca

**Final:** Área de recreo de la segunda presa del embalse de Villameca

**Características y datos técnicos:**

- Es un recorrido de ida y vuelta.
- Es un recorrido de ida y vuelta.
- Es un recorrido de ida y vuelta.

**Equipamiento necesario:**

- Botas de senderismo.
- Ropa adecuada para el tiempo.
- Agua.
- Comida.
- Mapa.
- Brújula.
- Linterna.
- Sombrero.
- Guantes.
- Mochila.
- Botas.
- Ropa.
- Comida.
- Agua.
- Mapa.
- Brújula.
- Linterna.
- Sombrero.
- Guantes.
- Mochila.

**Camino de La Isla**

El pueblo de Palaciosmil o Palacio, como dicen en la zona, marca un camino en el paisaje. Hasta aquí, alternan la ruina y el paisaje de ribera, alternando la ruina y el paisaje de ribera. El agua que sirve de energía motriz de los turbinos Turco y Valenciano, así como de numerosos arroyos y ríos. El regar se transformó en canal de riego, que, al ser canalizado, conduciendo por una BPS, vega donde las tierras de cultivo, las chopales y las huertas, han sustituido a los arroyos y cursos de agua.

Desde estos plantíos ya se observan, a lo lejos, la montaña gigante de Palaciosmil. El pueblo, con sus huertas y veredas huertas, guarda la huerta de Santiago, su pueblo. De cerca a pocas horas, la huerta, situada al final del pueblo, tiene mucha vida.

Desde el área Palaciosmil, la ruta continúa entre pinos por el camino de Villameca, pronto abarcando rumbo a la sierra y a La Isla, una gran lengua de tierra que se abre al mar.

**Vista de Palaciosmil**

# El Celemín



**Ayuntamiento:**  
Magaz de Cepeda  
**Punto de inicio:**  
En la localidad de Benamarías  
**Tipo de recorrido:**  
Circular. 13 Km  
**Duración prevista:**  
Tres horas  
**Desnivel máximo:**  
160 m  
**Dificultad:** Baja

Entre huertos, campos de centeno, robledales y pinares, discurre esta ruta por el antiguo Señorío de Valdemagaz. El tesón de sus gentes ha levantado la presa de tierra que embalsa las aguas que fertilizan los suelos y permiten destronar los rigores del estío.

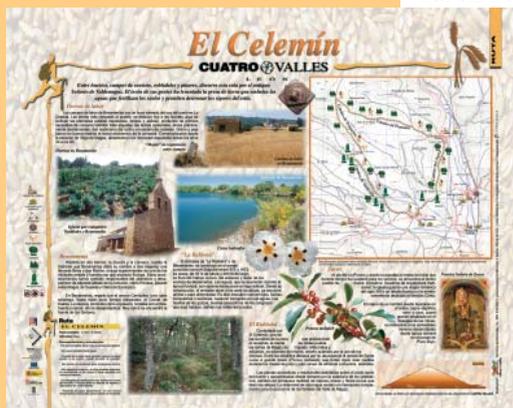


Roble melojo

**Interesante:**

•Arquitectura tradicional en Benamarías

- Iglesia y arquitectura tradicional en Zacos
- Balsas de riego
- Embalse de Benamarías o de la Raldona
- Pinares de repoblación
- Melojar
- Campos de centeno y cultivos
- Vistas panorámicas



**Punto de interés en ruta:**  
"Tierras centenales"

*De año en año, el centeno crece en los quiñones, los pequeños terrazgos en los que se divide el terreno. Las labores de arado, siembra, siega, acarreo y trilla o maja, marcaban el ritmo de un tiempo no tan lejano, de jaleo en las eras y celebraciones tras la recogida del pan.*

**Ubicación:**

*Atravesada la presa de tierra del embalse de Benamarías, junto a una de las tierras de centeno.*



Desde Villamejil, el camino asciende a los chanos cepedanos. La amplia planicie se extiende hasta alcanzar el contiguo valle del Órbigo. Dilatada estepa cerealista sólo interrumpida por exiguos lavajos como la Laguna Gallega; de nuevo en la vega, el Tuerto ofrece al caminante la frescura de su ribera.



**Ayuntamiento:**

Villamejil

**Punto de inicio:**

En la localidad de Villamejil

**Tipo de recorrido:**

Circular. 17 Km

**Duración prevista:**

Cuatro horas y media

**Desnivel máximo:**

90 m

**Dificultad:** Baja



**Interesante:**

- Pinares de repoblación
- Melojares
- Paisaje agrícola: campos de cereal
- Vistas panorámicas
- Iglesia y arquitectura popular en Villamejil
- Arquitectura popular e iglesia en Sueros de Cepeda
- Punto de Interés Natural “La ribera del Tuerto” (PIN nº 17)

**Punto de Interés en Ruta:**  
**La Laguna Gallega**

*Ejemplo de laguna esteparia, somera y endorreica, el agua que acumula en su cubeta permite la existencia de un pequeño oasis vegetal en medio de las rigurosas condiciones impuestas por el inhóspito medio que la rodea. Lugar de anidada para algunas especies de aves acuáticas, en verano, el anochecer es amenizado por el croar de ranas y sapos.*

**Ubicación:**

*Al pie de la laguna y unos metros separada del camino que sigue la ruta.*



## ·RECURSOS SEÑALIZADOS POR CUATRO VALLES·

### *Puntos de interés natural y cultural*

Algunos de los recursos más sobresalientes de La Cepeda han sido destacados por su singularidad y relevancia en el ámbito territorial de las comarcas de Cuatro Valles.

Se han señalado así una serie de Puntos de Interés Natural (PIN) y de Puntos de Interés Cultural (PIC) con paneles interpretativos monográficos, fáciles de identificar por la banda amarilla, los que centran su temática en la naturaleza, o azul, los referidos a patrimonio cultural.

De fácil acceso, la mayoría de ellos incluso en coche, la visita de estos recursos permitirá al viajero descubrir el rico y variado patrimonio natural y cultural con que cuenta tanto, La Cepeda, como todo el territorio de Cuatro Valles.



Instalado al final del recorrido propuesto en la Ruta "La Isla", el panel dedicado al Embalse de Villameca recoge la historia y los datos técnicos de su construcción, su flora y fauna, y la forma de distribución del agua entre las tierras regadas.

**Ubicación:**  
Ayuntamiento de Quintana del Castillo.

**Accesos:**  
Embalse de Villameca.

**Recomendaciones:**  
Situado al final de una de las pistas que recorren los pinares de repoblación que rodean el Embalse de Villameca, puede accederse a él a pie o con un vehículo todo-terreno.

Es recomendable visitarlo en primavera.

**Punto de Interés**

## Embalse de Villameca

CUATRO VALLES

**Embalses y presas**  
La creación de aguas de regar desde el siglo I y la repoblación del valle desde el s. IX Tercer Reino, las acciones emprendidas para la explotación del valle de Villameca.

**El precio del agua**  
El precio del agua en Villameca es el más barato de España. Esto se debe a que el agua es tratada en un sistema de depuración que produce un agua de gran calidad.

**En la orilla los ríos**  
En la orilla del embalse se encuentran los ríos de Villameca y de Quintana del Castillo, que aportan agua a las tierras regadas.

**Dentro del agua están**  
En el interior del embalse se encuentran diversas especies de plantas y animales, como el castor y el visón.

**Punto de Interés**

## El Cueto San Bartolo

CUATRO VALLES

**El Cueto San Bartolo**  
PIN nº 14

Elevado 1.312 m, el Cueto San Bartolo, atalaya de La Cepeda, vigía de las quietas aguas del embalse de Villameca, guarda la historia del monasterio que los monjes hospitalarios de la Orden de San Juan de Jerusalén construyeron en su cima en torno al s. XII.

**Ubicación:**  
Ayuntamiento de Quintana del Castillo.

**Accesos:**  
Desde la localidad de Villameca.

**Recomendaciones:**  
El acceso al Cueto se hace a través de una estrecha carretera que desde Villameca llega hasta la parte más elevada del mismo. Esta carretera es accesible a todo tipo de vehículos. Visitable en cualquier época del año.



Las aguas del Tuerto, el río tortuoso, permiten la existencia de una fructífera vega dominada por huertas, tierras de patatas y cultivos forestales como choperas.

Las frondosa vegetación de ribera favorece la instalación de áreas de recreo como la de “El Pisón”, en referencia al batán que allí existió y que movido por la inagotable corriente del río, tantos paños de lino golpeara.

**Ubicación:**  
Ayuntamiento de Villamejil.

**Accesos:**  
En la localidad de Sueros de Cepeda.

**Recomendaciones:**  
Visible en cualquier época del año.

**Punto de Interés**

**La Ribera del Tuerto**

**El río tortuoso**

En un terreno de alta humedad y fértil, que marca a 1.028 metros los límites de La Vega, donde los ríos de la zona, incluido el río Tuerto, forman un sistema de canales que irriga un extenso valle de Villamejil. A lo largo de los ríos existen abundantes especies de aves y plantas que crecen gracias a las aguas de riego.



**El pisón**

Los batanes se utilizaban para moler las semillas por una corriente de agua. También se usaban para lavar las semillas de algodón antes de hilarlas, para eliminar cualquier impureza. Se utilizaban en los molinos de agua para moler el grano de trigo, para hacer la harina y para moler el algodón para hacer el hilo.

La ribera de Tuerto siempre ha sido un lugar de recreo, con un entorno de gran belleza. En el verano se celebran actividades deportivas y culturales, como el festival de la música y el baile. También se celebran actividades culturales y deportivas, como el festival de la música y el baile.



**La rica vega**

El terreno rico en agua y fértil, que marca a 1.028 metros los límites de La Vega, donde los ríos de la zona, incluido el río Tuerto, forman un sistema de canales que irriga un extenso valle de Villamejil. A lo largo de los ríos existen abundantes especies de aves y plantas que crecen gracias a las aguas de riego.

El cultivo de arroz es el principal cultivo de la zona. También se cultivan patatas, maíz, trigo y otros cereales. La zona también es conocida por sus huertas de frutas y verduras.



La transformación de la ribera del Tuerto en tierras de pasadas y de chopera, que ocupan ahora buena parte de la vega, ha permitido, sin embargo, la conservación del cauce de que hubiera se mantuviera tal y como, incluso y "en su". Debido a la actividad agrícola que se realiza en la zona, el río de Tuerto es un río de agua dulce.

Después de la fuerte inundación de 1963, se construyeron, al lado del río, una serie de presas que permiten el control de los niveles de agua y la irrigación de las tierras de cultivo.

**En la actualidad, chopera**

El cultivo de la chopera es un cultivo que se realiza en la zona de La Vega, donde los ríos de la zona, incluido el río Tuerto, forman un sistema de canales que irriga un extenso valle de Villamejil. A lo largo de los ríos existen abundantes especies de aves y plantas que crecen gracias a las aguas de riego.

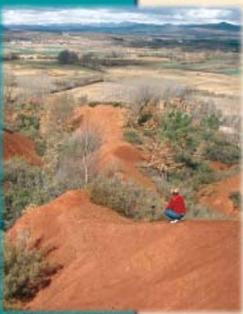
Los choperos utilizan, como abono, el estiércol de los animales que se crían en la zona. También utilizan fertilizantes químicos. La chopera es un cultivo que se realiza en la zona de La Vega, donde los ríos de la zona, incluido el río Tuerto, forman un sistema de canales que irriga un extenso valle de Villamejil. A lo largo de los ríos existen abundantes especies de aves y plantas que crecen gracias a las aguas de riego.



La Veguella

“Las barreras”, las rojizas cárcavas que aparecen junto al caserío de La Veguellina, constituyen los vestigios de una explotación aurífera romana. Esta mina explotó el oro mediante el sistema de coronas. En el panel, una fotografía aérea, permite identificar los restos de esta actividad aún visibles en la zona.

**Punto de Interés** Explotaciones auríferas de La Veguellina **CUATRO VALLES**



**LA LEYENDA DEL CASTILLO DE SAN CRISTÓBAL**  
Dentro de la Edad Media, en La Veguellina, existía un castro conocido como La Veiga, un castro de carácter de San Cristóbal, que había de estar ocupado por un grupo de soldados romanos, que defendían una zona de gran importancia. En el año 1200, la zona al algarve de Albarca, Puerto Sainza y el río de San Juan, que a su vez era un punto de gran importancia. San Juan Sainza, que pertenecía al municipio de Albarca.

**Explotación en coronas**  
El sistema de coronas se basa en el principio de Lomon, y consiste en realizar un túnel horizontal, con la excavación de túneles que se van haciendo en forma de coronas, para ir avanzando hacia el interior de la mina. Este sistema de explotación se utilizó en la mina de La Veguellina, que se explotó durante el Imperio Romano.

**OJO PARA ROMA**  
Algunos autores consideran que los restos de la explotación aurífera romana en La Veguellina, que se explotó durante el Imperio Romano, se basaron en el sistema de coronas, que consistía en realizar un túnel horizontal, con la excavación de túneles que se van haciendo en forma de coronas, para ir avanzando hacia el interior de la mina. Este sistema de explotación se utilizó en la mina de La Veguellina, que se explotó durante el Imperio Romano.




**Ubicación:** Ayuntamiento de Quintana del Castillo.  
**Accesos:** En la localidad de La Veguellina.  
**Recomendaciones:** Visitable en cualquier época del año.

Rico en fuentes y manantiales, tal característica bien pudiera haber dado nombre al pueblo, Fontoria. Instalada

**Punto de Interés** Iglesia de Fontoria **CUATRO VALLES**



**LA IGLESIA**  
Ubicada en el casco urbano de Fontoria, esta iglesia es un ejemplo de la arquitectura popular de la zona. Fue construida en el siglo XVIII y está dedicada a San Cristóbal. El templo es de planta rectangular y tiene un único espacio para el culto. El altar es de madera y está decorado con formas geométricas triangulares.

**TECHUMBRES Y ARTESANOS**  
Los techumbres son un tipo de arte que se ha desarrollado en la zona de Fontoria. Consiste en la elaboración de techumbres de madera que se utilizan para cubrir los tejados de las casas. Los artesanos que se dedican a este oficio son muy apreciados en la zona.

**EL CRISTO**  
El pueblo cuenta con un cristo de madera que se conserva en el templo. Este cristo es un ejemplo de la escultura popular de la zona. Fue elaborado en el siglo XVIII y representa a Cristo crucificado. El cristo es muy apreciado por los vecinos de Fontoria.

**LA BOMBERA**  
En la zona hay un pueblo que se dedica a la elaboración de bombas. Estas bombas son un tipo de arte que se ha desarrollado en la zona. Consiste en la elaboración de bombas de madera que se utilizan para regar los campos. Los artesanos que se dedican a este oficio son muy apreciados en la zona.






**Ubicación:** Ayuntamiento de Villamejil.  
**Accesos:** En la localidad de Fontoria de Cepeda.  
**Recomendaciones:** Visitable en cualquier época del año. La iglesia permanece cerrada fuera de las horas de culto.



SERVICIOS TURÍSTICOS EN LA CEPEDA

Casa rural de alquiler que cuenta con cuatro dormitorios dobles, dos baños, un aseo, salón comedor, cocina perfectamente equipada, patio, edificio anexo destinado a bodega-lagar (con horno de barro) y un amplio corredor de madera con una galería acristalada. Dispone de calefacción, teléfono, y TV.

**Dirección:** C/ Santa M<sup>a</sup> Magdalena, 122  
24285 Riofrío (Quintana del Castillo)

**Teléfonos:** 91 633 11 28 / 654 723 301

**E-mail:** cretavelino@wanadoo.es

**Web:** www.lacasadeltioavelino.com

**Propietario:** Leoncio Pérez

**Temporada:** Todo el año



Antigua casa de tapial y adobe, de herencia familiar. Construida en 1939 y restaurada en 2005.

Consta de siete habitaciones, dos de ellas dobles y cinco de matrimonio. Amplio salón comedor con chimenea francesa, tres baños, cocina totalmente equipada, patios cerrados, barbacoa, aparcamiento y estancia especial para perros. Puede realizar rutas en buggies.

**Dirección:** C/ Carrizo, 24  
Riofrío (Quintana del Castillo)

**Teléfonos:** 987 390 636 / 650 425 528 / 987 378 124 / 630 098 331

**E-mail:** barbadiel@telefonica.net

**Web:** www.barbadiel.com

**Propietario:** Nélide Serrano Pérez

**Temporada:** Todo el año



Cas rural de alquiler ubicada a 15 km de Astorga que cuenta con 3 habitaciones dobles, dos baños, salón - comedor con chimenea, patio ajardinado con frutales y pozo. Posibilidad de senderismo, deportes acuáticos, ciclismo, caza, quads y paseos en motocultor (previa petición).

**Dirección:** Ctra. Pandorado, s/n  
24397 Ábano de Cepeda (Quintana del Castillo)

**Teléfonos:** 649 732 205 / 620 761 846

**E-mail:** casarural@casaruraltiovicente.es

**Web:** www.casaruraltiovicente.es

**Propietario:** Carmen Alegre López

**Temporada:** Todo el año



## La Casa del Tío Avelino



Casa Rural de Alquiler



## Barbadiel



Casa Rural de Alquiler



## Tío Vicente



Casa Rural de Alquiler



## La Central de Robledo

Casa Rural de Alquiler



Esta casa centenaria, antigua Central Hidroeléctrica, está ubicada a las afueras de Zacos de Cepeda, en un paraje de robles, castaños, chopos y árboles frutales, a tan sólo 15 km de Astorga. Consta de dos plantas con 4 dormitorios y 2 baños en la parte superior. En la planta baja, se encuentra el salón-comedor, chimenea-cocina y baño. Dispone de barba-coa en el jardín.

**Dirección:** 24396 Zacos de Cepeda (Magaz de Cepeda)

**Teléfonos:** 987 636 018 / 987 636 004 / 676 337 033

**Fax:** 987 636 004

**E-mail:** felipegarciasl@yahoo.es

**Web:** www.lacentralderobledo.com

www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/lacentralderobledo

**Propietario:** Central Hidroeléctrica de Robledo, C.B.

**Temporada:** Todo el año



## Cumbres Borrascosas

Casa Rural de Alquiler



Magnífica casa rural, antigua taberna minera y ferroviaria, construida en madera y piedra a mediados del siglo XIX en la cumbre del Puerto Manzanal, límite entre las comarcas leonesas del Bierzo y La Maragatería.

**Dirección:** Plaza de la Estación, s/n

24360 Brañuelas (Villagatón-Brañuelas)

**Teléfono:** 639 392 004

**Web:** www.cumbresborrascosas.net

www.cumbresborrascosas.com

**Propietario:** Francisco Javier Pérez Fernández

**Temporada:** Todo el año



## Casa Amagada

Centro de Turismo Rural



Casa Amagada era una antigua cooperativa de alimentos del siglo XIX, restaurada hoy como centro de turismo rural. La casa consta de 6 habitaciones dobles y 4 cuádruples, todas ellas con baño, terraza de verano y jardín. En el restaurante se puede degustar tanto cocina tradicional leonesa como cocina mediterránea (especialidad en paellas y arroces). Casa Amagada ofrece asimismo, rutas guiadas, senderismo o rutas en bici.

**Dirección:** C/ La Llastra, 4

24397 Quintana del Castillo

**Teléfonos:** 656 386 948 / 987 607 039

**Fax:** 987 607 039

**E-mail:** info@casamagada.com

**Web:** www.casamagada.com

**Propietario:** Rosario Vara Juan

**Temporada:** Todo el Año

Casa de nueva construcción que mantiene la arquitectura típica de la zona, de piedra y pizarra. Posee 8 habitaciones dobles con baño, TV e internet y 2 de ellas están adaptadas a personas con movilidad reducida. Desde aquí se puede realizar la ruta secreta del Górgora y conocer las Médulas, la Maragatería y la Cepeda así como dar paseos en bici o a caballo con empresas concertadas.

**Dirección:** C/ Fuente Los Caños, s/n  
24379 Montealegre (Villagatón-Brañuelas)

**Teléfonos:** 987 691 823 / 636 964 496

**E-mail:** reservas@ctrmontealegre.net

**Web:** www.ctrmontealegre.net

**Propietario:** Manuel Viloría Martínez

**Temporada:** Todo el año



Pequeño camping a orillas del río Tuerto y a 10 minutos de Astorga, con piscina fluvial y pista de tenis, zona de acampada sobre hierba natural y agua caliente. Un lugar con abundante arbolado de chopos que resulta perfecto para el descanso.

**Categoría:** 2ª

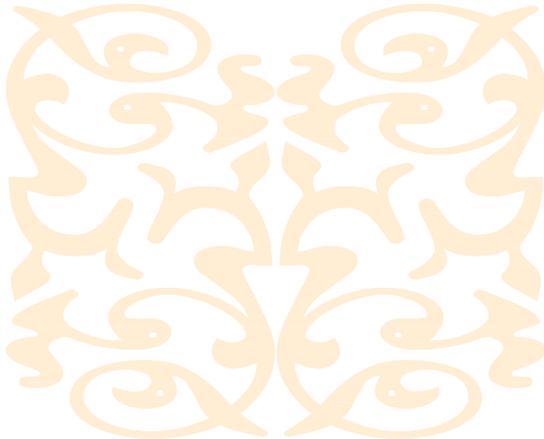
**Dirección:** C/ La Fragua, s/n  
24711 Villamejil

**Teléfono:** 987 605 075

**Web:** www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/  
campingriotuerto

**Propietario:** Junta Vecinal de Villamejil

**Temporada:** Del 1 de junio al 31 de agosto



## Montealegre



Centro de Turismo Rural



## Camping Río Tuerto



Camping



## Mesón Las Praderas

Restaurante



## Casa Amagada

Restaurante



## Camping de Villameca

Restaurante



· RESTAURANTES ·



Mesón situado en Morriondo de Cepeda, ideal para disfrutar de comidas y meriendas por encargo. Establecimiento de ambiente joven con un comedor con capacidad para albergar a 30 comensales. Decorado de manera informal, en él se pueden degustar sabrosas tapas variadas, embutidos caeros, pollo de corral o las tortillas de Morriondo, todo ello elaborado con productos frescos y típicos de la zona.

**Dirección:** C/ Las Eras, s/n

24397 Morriondo de Cepeda (Quintana del Castillo)

**Teléfono:** 620 796 532

**Web:** [www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/mesonlaspraderas](http://www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/mesonlaspraderas)

**Propietario:** Jose María González Cabezas

**Capacidad:** 30 comensales

**Temporada:** Todo el año. Comidas y cenas previo encargo



Restaurante con un acogedor comedor donde podrá gustar la típica comida leonesa y mediterránea, preparada con esmero por una cocinera levantina. Dispone de terraza, donde poder tomar una copa, disfrutando de un maravilloso atardecer.

**Dirección:** C/ La Llastra, 4

24397 Quintana del Castillo

**Teléfonos:** 987 607 039 / 656 386 948

**Web:** [www.casamagada.com](http://www.casamagada.com)

**E-mail:** [info@casamagada.com](mailto:info@casamagada.com)

**Propietario:** Rosario Vara Juan

**Capacidad:** 35 - 38 comensales

**Temporada:** Todo el año



Al localizarse al lado de la presa y del río Villameca, supone un lugar con ambiente tranquilo y apropiado para reuniones familiares, ya que dispone de amplio aparcamiento y zona de recreo para disfrute de los niños. Se ofrece menú del día, menú de fin de semana y por encargo.

**Dirección:** Pantano de Villameca

24397 Villameca (Quintana del Castillo)

**Teléfonos:** 657 707 639 / 609 567 722 / 987 691 800

**Persona de contacto:** Francisca González Salas

**Capacidad:** 80 comensales

**Temporada:** Todo el año

El embalse de Villameca y su entorno es una zona de la comarca de Cepeda en la que se puede descubrir un nuevo espacio natural y distinto de la provincia de León. En este contexto se encuentra el “merendero Matías”, que viene a ser un saludable complemento gastronómico.

**Dirección:** Pantano de Villameca, 16  
24397 Villameca (Quintana del Castillo)

**Teléfono:** 987 634 151

**Web:** [www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/restaurantematias](http://www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/restaurantematias)

**Propietario:** M<sup>a</sup> Isabel Mateos Bartolomé

**Capacidad:** 40 comensales

**Temporada:** Todo el año



Situado en un entorno agradable y de fácil acceso, junto al río Tuerto.

Comida elaborada, recetas nacionales, internacionales y especiales. Menú, carta y especialidades por encargo, en un ambiente tranquilo y acogedor.

Accesibilidad para minusválidos.

**Dirección:** 24397 Donillas de Cepeda (Quintana del Castillo)

**Teléfonos:** 653 481 620 / 657 391 965

**E-mail:** [laescueladedonillas@gmail.com](mailto:laescueladedonillas@gmail.com)

**Propietario:** Aída Fernández Casares

**Capacidad:** 60 comensales

**Temporada:** Todo el año



Acogedor restaurante con capacidad para 25 comensales, situado en Sueros de Cepeda, donde podrá disfrutar de un económico y variado menú diario y un magnífico servicio.

**Dirección:** C/ Adolfo Alonso Manrique, 1  
24713 Sueros de Cepeda (Villamejil)

**Teléfono:** 987 634 013

**Propietario:** Julio Redondo Nistal

**Capacidad:** 25 comensales

**Temporada:** Todo el año

## Merendero Matías

Restaurante



## La Escuela de Donillas

Restaurante



## Bar Julio

Restaurante



## Pandorado

Restaurante



Disfrutará de una comida casera como lo haría en casa. Deliciosos pollos asados, paella y comida para llevar.

**Dirección:** C/ Astorga, s/n  
24712 Cogorderos de Cepeda (Villamejil)

**Teléfono:** 987 605 185

**Propietario:** Jose Luis Azumendi de la Nieta

**Capacidad:** 30 comensales

**Temporada:** Todo el año



## Mesón Casa Nisio

Restaurante



Situado en Vega de Magaz, ofrece una amplia variedad de platos en el menú diario. Cada día puede disfrutar de una combinación diferente para poder probar los platos típicos de la tierra en un ambiente muy tranquilo y familiar. Cualquier menú que desee probar debe ser previamente encargado.

**Dirección:** C/ del Río, s/n  
24396 Vega de Magaz (Magaz de Cepeda)

**Teléfono:** 987 636 016

**Web:** [www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/mesonnisio](http://www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/mesonnisio)

**Propietario:** Teresa González García

**Capacidad:** 28 comensales

**Temporada:** Todo el año



## Hostelería del Manzanal

Restaurante



Restaurante familiar situado en el Manzanal del Puerto donde se puede degustar comida casera (alubias, lentejas, garbanzos, etc... cultivados en esta comarca de La Cepeda). Menús del día variados y guisos de caza por encargo.

**Dirección:** 24369 Manzanal del Puerto (Villagatón-Brañuelas)  
**Teléfonos:** 987 607 342 / 987 607 343

**Web:** [www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/puertodelmanzanal](http://www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/puertodelmanzanal)

**Propietario:** Benjamín Geijo González

**Capacidad:** 60 comensales

**Temporada:** Todo el año

Restaurante situado en el puerto de Manzanal, a 19 km. de Astorga. En él se prepara todo tipo de comida casera, en la que son inmejorables los entremeses, la sopa de trucha, el bacalao, las ancas de rana, el pulpo, el churrasco, las chuletillas y las mollejas.

**Dirección:** C/ Carretera, 45  
24369 Manzanal del Puerto (Villagatón-Brañuelas)

**Teléfono:** 987 607 362

**Web:** [www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/mesonmanzanal](http://www.leoncentrogotico.com/cuatrovalles/mesonmanzanal)

**Propietario:** M<sup>a</sup> Nieves Santos Rosel

**Capacidad:** 40 comensales

**Temporada:** Todo el año



Restaurante situado en el centro de Montealegre, en la comarca de La Cepeda. Dispone de tres comedores con capacidad para unas treinta personas. Ofrece, como especialidades sopa de truchas, carnes a la brasa y los platos típicos de la zona, como el cocido.

**Dirección:** 24379 Montealegre (Villagatón-Brañuelas)

**Teléfonos:** 987 691 823 / 987 691 748

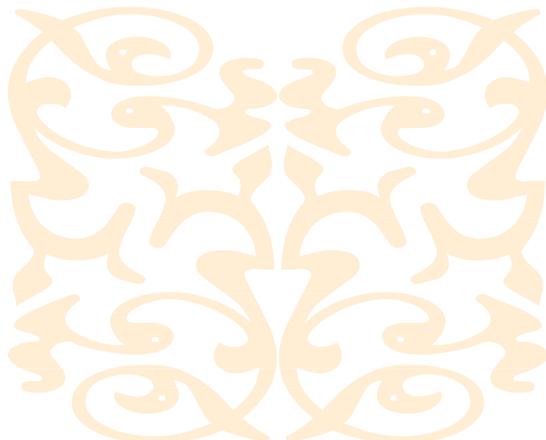
**Web:** [www.leoncentrogotico.com/casamanolo](http://www.leoncentrogotico.com/casamanolo)  
[www.ctr.montealegre.net](http://www.ctr.montealegre.net)

**E-mail:** [reservas@ctrmontealegre.net](mailto:reservas@ctrmontealegre.net)

**Propietario:** M<sup>a</sup> Ángela Alonso González

**Capacidad:** 30 comensales

**Temporada:** Todo el año



## Mesón Manzanal



Restaurante



## Casa Manolo



Restaurante



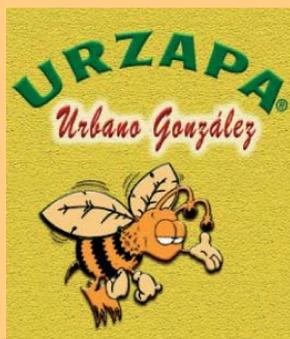
## Panadería el Rinconín

Pan y Repostería



## Miel Ecológica Urzapa

Productos Apícolas Ecológicos



## · EMPRESAS AGROALIMENTARIAS ·



Situada en el corazón de La Cepeda, los propietarios de esta panadería se levantan todas las madrugadas con el único fin de poder llevar a sus clientes ese pan casero y esos dulces que tantas alegrías proporcionan al paladar. Su especialidad es el pan de chapata y las tartas de bizcocho y yema tostada.

**Dirección:** C/ Benavides, 6

24712 Cogorderos de Cepeda (Villamejil)

**Teléfonos:** 987 605 037 / 606 253 810

**Propietario:** Felipe Suárez Fernández



Explotación apícola con certificado Ecológico y Artesano. Producimos y elaboramos distintas mieles, pues tenemos colmenas situadas en diferentes provincias. También polen, propóleos y jalea real, además de una línea de cosmética apícola. Vendemos a particulares, comercios y distribuidores. Realizamos visitas guiadas a nuestros colmenares y a nuestra sala de extracción e impartimos cursos de formación. Premio a la Mejor Ganadería Ecológica de España 2008.

**Dirección:** Ctra. Pandorado, 48

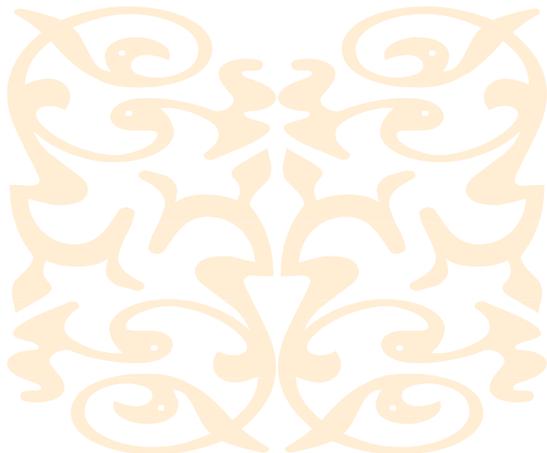
24713 Sueros de Cepeda (Villamejil)

**Teléfono:** 656 746 158

**Web:** [www.urzapa.com](http://www.urzapa.com)

**E-mail:** [urzapa@urzapa.com](mailto:urzapa@urzapa.com)

**Propietario:** Urbano González Escapa





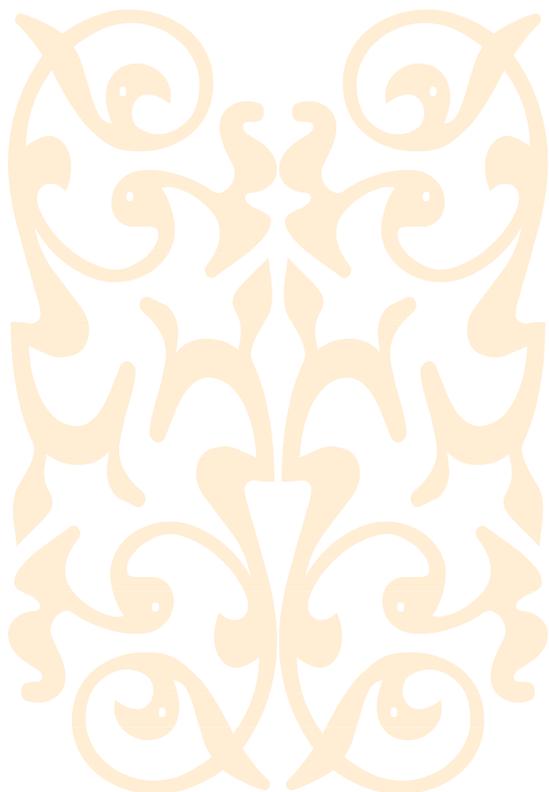
Pequeñas esculturas y murales para decoración de interiores. Gres y porcelanas. Piezas únicas.

**Dirección:** C/ Lastra, 2

24712 Cogorderos de Cepeda (Villamejil)

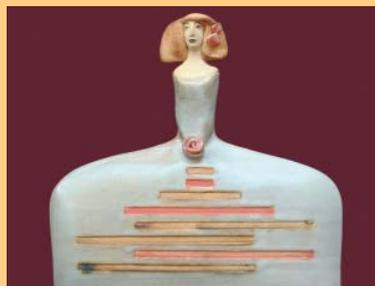
**Teléfono:** 987 605 218

**Artesano:** Marta Rivera Fernández



## *Marta Rivera*

Cerámica





*Campos de centeno en primavera*



*Alexos*

## MAGAZ DE CEPEDA

### **Pueblos del Ayuntamiento**

Magaz de Cepeda; Benamarías; Porqueros; Vanidades; Vega de Magaz; Zacos

### **Arquitectura y arte**

Zacos de Cepeda Iglesia de Nuestra Señora de Zacos

### **Rutas y Puntos de Interés señalizados**

Ruta El Celemin Punto de partida: Benamarías

<b>El pueblo</b>	<b>La Fiesta</b>	<b>El día</b>
Benamarías	San Juan	24 de Junio
	Novena a la Virgen de las Angustias	Tercer domingo de Septiembre
Magaz de Cepeda	El Cristo	14 de Septiembre
Porqueros	San Julián	7 de Enero
	San Antonio	13 de Junio
	Fiesta de Verano	Agosto
Vanidades	Comparte iglesia y fiestas con Benamarías	
Vega de Magaz	Nuestra Señora de la Asunción	15 de Agosto
	San Pedro	29 de Junio
	San Roque	16 de Agosto
Zacos	Santa Marina	18 de Julio
	Nuestra Señora del Rosario	Primer domingo de Octubre
	Fiesta Sacramental	Domingo siguiente al Corpus
	Fiesta del Veraneante	Agosto

### **Romerías y tradiciones**

Magaz de Cepeda Romería de La Crucica Primer domingo de Agosto

### **Datos de interés**

Ayuntamiento	Magaz de Cepeda	987 636 186
Consultorio médico	Vega de Magaz	
Farmacia	Vega de Magaz	987 636 014
Gasolinera	Estación de Servicio "La Cepeda" - Villamejil	987 605 069
Guardia Civil	Astorga	987 615 128
Servicios bancarios	Vega de Magaz	



## QUINTANA DEL CASTILLO

### **Pueblos del Ayuntamiento**

Quintana del Castillo; Ábano; Castro de Cepeda; Donillas; Escuredo; Ferreras; Morriondo; Palaciosmil; Riofrío; San Feliz de las Lavanderas; La Veguellina; Villameca; Villarmeriel

### **Arquitectura y arte**

Ábano Casa blasonada de los Señores de Cepeda

San Feliz de las Lavanderas Arquitectura tradicional

Ruinas del palacio del Marqués de Astorga

Restos del castillo de San Cristóbal

### **Rutas y Puntos de Interés señalizados**

Ruta La Isla Punto de partida: área de recreo del embalse de Villameca

Explotaciones mineras de La Veguellina Punto de Interés Cultural

Embalse de Villameca Punto de Interés Natural

Cuetto San Bartolo Punto de Interés Natural

### **El pueblo**

### **La Fiesta**

### **El día**

Ábano San Juan 24 de Junio

Castro de Cepeda San Pelayo 26 de Junio

Donillas Nuestra Señora del Socorro Variable

Escuredo San Jorge 23 de Abril

Ferreras de Cepeda San Juan 24 de Junio

La Veguellina San Roque 16 de Agosto

Morriondo El Cristo 14 de Septiembre

Quintana del Castillo El Corpus Variable

Palaciosmil Santiago Apóstol 25 de Julio

Riofrío San Roque 16 de Agosto

San Feliz de las Lavanderas San Pedro 29 de Junio

Villameca El Corpus Variable

Villarmeriel Asunción 15 de Agosto

### **Romerías y tradiciones**

Pantano de Villameca (comarcal) Santiago Apóstol 25 de Julio

### **Datos de interés**

Ayuntamiento Quintana del Castillo 987 607 025

Consultorio médico En todos los pueblos excepto Palaciosmil

Farmacia Quintana del Castillo 987 607 048

Gasolinera Estación de Servicio "La Cepeda" - Villamejil 987 605 069

Guardia Civil Benavides de Órbigo 987 370 038

Servicios bancarios Sueros de Cepeda

## VILLAGATÓN - BRAÑUELAS

### **Pueblos del Ayuntamiento**

Villagatón; Brañuelas; Corús; Culebros; La Silva; Los Barrios de Nistoso; Manzanal del Puerto; Montealegre; Requejo; Tabladas; Ucedo; Valbuena de la Encomienda; Villar

### **Arquitectura y arte**

Montealegre                      Monasterio de San Juan de Montealegre

### **Rutas y Puntos de Interés señalizados**

Ruta Los Cañones del Górgora    Punto de partida: Montealegre

<b>El Pueblo</b>	<b>La Fiesta</b>	<b>El día</b>
Brañuelas	Nuestra Señora	15 de Agosto
	San Miguel	8 de Mayo
Culebros	San Isidro	15 de Mayo
La Silva	San Lorenzo	10 de Agosto
Los Barrios de Nistoso	San Blas	3 de Febrero
Manzanal	Santa Marina	18 de Julio
	Santo Tirso	Sábado anterior al Corpus
Montealegre	San Juan	24 de Junio
Requejo-Corús	San Isidro	15 de Mayo
Ucedo	Corpus Christi	Junio
Valbuena	San Pedro	29 de Junio
Villagatón	Anunciación de Nuestra Señora	8 de Septiembre
Todo el Municipio	Lunes de Pascua	12 de Abril

### **Datos de Interés**

Ayuntamiento	Villagatón-Brañuelas	987 633 162
Consultorio médico	Brañuelas	987 633 064
Farmacia	Brañuelas	987 633 018
Gasolinera	A-6 CEPSA Margen derecha	987 606 301
	A-6 CEPSA Margen izquierda	987 607 328
	A-6 SHELL	987 607 354
	Estación de Servicio Puerto del Manzanal	987 607 302
Guardia Civil	Bembibre	987 510 003
Servicios bancarios	Astorga	

## VILLAMEJIL

### **Pueblos del Ayuntamiento**

Villamejil; Castrillo de Cepeda; Cogorderos; Fontoria de Cepeda; Quintana de Fon; Revilla Sueros de Cepeda

### **Arquitectura y arte**

Fontoria de Cepeda	Iglesia de Fontoria
Sueros de Cepeda	Iglesia de Sueros

### **Rutas y Puntos de Interés señalizados**

Ruta la Laguna Gallega	Punto de partida: Villamejil
Ribera del Tuerto	Punto de Interés Natural
Iglesia de Fontoria	Punto de Interés Cultural

### **El pueblo**

### **La Fiesta**

### **El día**

Castrillo de Cepeda	San Antonio	17 de Enero
	San Juan	24 de Junio
Cogorderos	La Trinidad	21-22 de Mayo
	San Martín	11 de Noviembre
Fontoria de Cepeda	San Pelayo	26 de Junio
	Bendito Cristo	14 de Septiembre
Quintana de Fon	El Corpus	Junio
	Santiago Apóstol	25 de Julio
Revilla	San Fabián	20 de Enero
	La Magdalena	22 de Julio
Sueros de Cepeda	Las Candelas	2 de Febrero
	San Benito	11 de Julio

### **Romerías y tradiciones**

Fontoria de Cepeda	El Cristo	14 de Septiembre
Castrillo de Cepeda	Fiesta del Turista	Segundo fin de semana de Agosto
Sueros	San Isidro	15 de Mayo
	Fiesta del Turista	Primer fin de semana de Agosto

### **Datos de Interés**

Ayuntamiento	Villamejil	987 605 076
Consultorio médico	Villamejil	987 605 076
Farmacia	Sueros de Cepeda	987 634 178
Gasolinera	Estación de Servicio "La Cepeda" Villamejil	987 605 069
Guardia Civil	Astorga	987 615 128
Servicios bancarios	Sueros de Cepeda-Vega de Magaz	

	Patio/Jardín		Posada Real		Centro de Desarrollo <b>CUATRO VALLES</b>
	Información turística		Hotel		Arquitectura religiosa
	Admite pagos con tarjeta de crédito		Hotel Apartamento Apartamento Turístico		Arquitectura civil
	Teléfono en las habitaciones		Balneario		Patrimonio monumental etnográfico y arquitectura popular
	T.V. en las habitaciones		Albergue		Centro de interpretación
	Conexión a Internet		Camping		Museo
	Sauna		Empresa de actividades		Puente de interés
	Chimenea		Restaurante		Cueva
	Jacuzzi Hidromasaje		Miel		Vista panorámica
	Admite animales de compañía		Pan y repostería		Gasolinera
	Acondicionado para minusválidos		Embutidos		Estación de esquí
	Alquiler completo		Lácteos		Coto de caza
	Alquiler por habitaciones		Licores		Comienzo de ruta señalizada
	Habitaciones/Plazas		Infusiones		Comienzo de ruta guiada
	Casa Rural		Conservas de pescado		Área de recreo
	Centro de Turismo Rural		Licores y mermeladas		Punto de Interés Natural señalizado
			Artesanía		Punto de Interés Cultural señalizado
			Punto de información turística		Panel de entrada

En la comunidad autónoma de Castilla y León, existen tres modalidades de alojamiento de Turismo Rural reguladas por el **Decreto 84/1995 de 11 de mayo de ordenación de alojamientos de turismo rural** y **Orden de 27 de octubre de 1995 de desarrollo de dicho acuerdo**.



### **CASA RURAL (CR)**

Alojamientos situados en casas tradicionales del medio rural que aún conservan su encanto y atractivo. Dentro de la oferta de casas rurales de Castilla y León existen dos posibilidades de alojamiento:

*Casa Rural de Alquiler (CRA)*: cuando la ocupación se realice en régimen de arrendamiento.

*Casa Rural de Alojamiento Compartido (CRAC)*: cuando el titular comparte el uso de su propia vivienda con los huéspedes a los que destina una zona específica del inmueble.



### **CENTROS DE TURISMO RURAL (CTR)**

Edificios de arquitectura tradicional en los que se prestan mediante precio, los servicios de alojamiento, restauración y actividades complementarias de ocio y tiempo libre.



### **POSADAS (P)**

Alojamientos de turismo rural situados en edificios con valor arquitectónico tradicional, histórico, cultural o etnográfico, que ofrecen alojamiento y manutención.



### **POSADA REAL (PR)**

Establecimientos de turismo rural (Posadas y Centros de Turismo Rural) seleccionados bajo rigurosos criterios de calidad basados en el carácter del establecimiento, los servicios, la decoración, el entorno y demás factores que les convierten en exponentes de alojamientos de calidad dentro del turismo rural.

**PUNTO DE INFORMACIÓN**

**OFICINA DE CUATRO VALLES**

Centro de Desarrollo Cuatro Valles

Avda. Manucho, 92

24120 Canales - La Magdalena - León

Teléfono: 987 581 666

Fax.: 987 581 568

Email: [cuatrovalles@cuatrovalles.es](mailto:cuatrovalles@cuatrovalles.es)

Página web: [www.cuatrovalles.es](http://www.cuatrovalles.es)

**Los miércoles en el Ayuntamiento  
de Villamejil**

**AYUNTAMIENTOS DE LA CEPEDA**

Ayuntamiento de Magaz de Cepeda

24396 - Magaz de Cepeda - León

Teléfono: 987 636 186

Ayuntamiento de Quintana del Castillo

24397 - Quintana del Castillo - León

Teléfono: 987 607 025

Ayuntamiento de Villagatón-Brañuelas

24360 - Brañuelas - León

Teléfono: 987 633 162

Ayuntamiento de Villamejil

24711 - Villamejil - León

Teléfono: 987 605 076



*Montealegre*



MANUAL DEL VIAJERO  
POR LAS COMARCAS DE CUATROVALLES

*La Cepeda*

L E Ó N



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE MEDIO AMBIENTE Y MEDIO RURAL Y MARINO



Junta de Castilla y León

CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE



DIPUTACIÓN DE LEÓN