

# LAS ALDEIAS DO XISTO, PORTUGAL

GUÍA PARA RECORRERLAS EN COCHE ELÉCTRICO

Colección: Rutas turísticas en coche eléctrico

Por: Mar Villalba

MI RUTA RESPONSABLE



## *Prólogo:*

Las Aldeias do Xisto de Portugal son auténticos tesoros de la historia y la naturaleza. Estos pequeños rincones de encanto rústico son testigos vivos del pasado, donde el tiempo parece haberse detenido para preservar su belleza y autenticidad.

Las casas de pizarra, con sus tejados oscuros que se funden armoniosamente con el paisaje montañoso, se alzan como guardianes de las tradiciones ancestrales. Sus estrechas calles empedradas serpentean entre construcciones de piedra, ofreciendo un viaje en el tiempo a través de una arquitectura rural de más de quinientos años. Al caminar por estas aldeas, es imposible no sentir la conexión con generaciones pasadas que han habitado estas tierras.

No es difícil imaginar la dureza de la vida en los momentos que se construyeron con los elementos que la naturaleza les ofrecía, esquistos, pizarra y piedras calcáreas.

La tranquilidad que se respira en estas aldeas es embriagadora. El murmullo del agua que fluye en fuentes de piedra, el canto de los pájaros que se entremezcla con el susurro del viento entre los árboles, y el aroma de las flores silvestres crean una sinfonía natural que acaricia el alma y alivia el espíritu.

La vida en estas aldeas transcurre a un ritmo pausado y en armonía con la naturaleza. Los habitantes locales, amables y acogedores, comparten sus historias y sus saberes con aquellos que visitan sus tierras. La gastronomía es otro tesoro de las Aldeias do Xisto, con platos tradicionales que resaltan los sabores auténticos de la tierra.

Desde las aldeas de pizarra en el Centro de Portugal, se pueden contemplar impresionantes paisajes montañosos y verdes valles que se extienden hasta donde alcanza la vista. El contraste entre la solidez de la piedra y la exuberancia de la naturaleza circundante es simplemente espectacular.

Fotografías, textos y maquetación: Mar Villalba





## CONTENIDO

---

4	<b>LAS ALDEIAS DO XISTO DE PORTUGAL</b>
5	<b>SERTÃ, LA CAPITAL DEL ZÊZERE</b>
9	<b>LA RUTA DEL GRAN ZÊZERE</b>
11	<b>DORNES Y SU TORRE TEMPLARIA</b>
13	<b>FERNANDAIRES</b>
14	<b>AGUA FORMOSA</b>
15	<b>LUGARES QUE VISITAR DESDE SERTÃ</b>
16	<b>FIGUEIRA</b>
19	<b>MOINHO DAS FREIRAS</b>
20	<b>PUENTE FILIPINO DE PEDRÓGÃO PEQUENO</b>
21	<b>CASAL DE SÃO SIMÃO</b>
22	<b>FRAGAS DE SÃO SIMÃO</b>
24	<b>FERRARIA DE SAO JOAO</b>
25	<b>RUTA POR LOS PUEBLOS DE PIZARRA DE LOUSÃ</b>
27	<b>LOUSÃ</b>
28	<b>SIERRA DE LOUSÃ</b>
30	<b>CERDEIRA</b>
31	<b>CANDAL</b>
32	<b>SANTUARIO DE NTRA. SRA. DE LA PIEDAD</b>
	<b>CASTILLO DE LOUSÃ</b>
34	<b>SABORES DE ALDEA</b>

# *Las Aldeias do Xisto de Portugal*

Los Pueblos de Pizarra del Centro de Portugal son un regalo para el alma, un recordatorio de la importancia de preservar la herencia cultural y la armonía con la tierra que nos sustenta.

En estas aldeas, la vida se vive con simplicidad y autenticidad. Son lugares que invitan a la reflexión, a la contemplación de la belleza natural y a la conexión con nuestras raíces más profundas.

Son un refugio de serenidad en un mundo moderno acelerado, donde el tiempo se desliza con suavidad, son un destino ideal para disfrutar de un viaje sin prisas, recreándote en el paisaje, los sabores y los saberes de sus habitantes.

En los últimos años, la Región Centro de Portugal ha ganado una nueva vida por medio de la recuperación de 27 aldeas típicas, en colaboración con 21 municipios de la Región Centro, y donde los habitantes se han involucrado en el proyecto de remodelación de sus aldeas y proyectos culturales y turísticos.

Poco a poco las casas hechas de xisto (esquisto) han sido restauradas mediante técnicas tradicionales, mejorando sus puntos de interés turísticos y desarrollando nuevos proyectos basados en las tradiciones gastronómicas y la recuperación de la artesanía local como apuesta para transformar las Aldeias do Xisto en alojamientos con encanto, restaurantes, o actividades de deportes de aventura, etc. Convirtiendo la zona en una de los destinos turísticos más atractivos de Portugal.



# *Ruta por las Aldeias do Xisto más bonitas de Portugal*

En esta ruta de cinco días por los Pueblos de Pizarra de Portugal comencé en el entorno del río Zêzere y terminé en la Sierra de Lousã.

Mi primera visita la ciudad de Sertã, una agradable ciudad bañada por las riberas del río Zêzere.

## Sertã, la capital del Zêzere

Para comenzar esta ruta por los Pueblos de Pizarra de Portugal, Sertã, con su rica historia y hospitalidad acogedora, fue el punto de partida perfecto.

Según la leyenda, Sertã debe su nombre a la esposa de un noble lusitano, que tras la muerte del marido en una lucha contra los romanos, arrojó desde las almenas del castillo una “sertã” (sartén) llena de aceite hirviendo sobre los romanos, obligándolos así a retirarse.





El Castillo de Sertã de origen romano perteneció a la Orden de los Templarios y, con posterioridad, a otras Órdenes religiosas y militares.

Otro de los lugares de origen romano de la ciudad es el Puento de Carvalha, ubicado en un entorno ajardinado muy agradable.

En este mismo punto existe un antiguo molino que se encuentra perfectamente conservado.

Justo en este entorno se encuentra el antiguo Convento de San Antonio que hoy se ha convertido en un fantástico hotel de 4 estrellas.



## Puntos de recarga en las Aldeias do Xisto:

En este caso mi ruta por las Aldeias do Xisto la he realizado en un coche híbrido, aunque la red de puntos de recarga necesita un poco más de desarrollo en las zonas menos visitadas, ya existen en la zona suficientes puntos de recarga para realizarla en un coche 100%, eléctrico instalados en alojamientos, puntos de recarga de la red pública portuguesa Mobi.e o en estaciones de servicios.

Mi consejo es que para hacer esta ruta por las Aldeias do Xisto en coche eléctrico a tu ritmo, lo más cómodo es alquilar un coche, las distancias son cortas y hay pocos transportes públicos entre aldeas.



## Dónde alojarte en Sertã



### Convento de Sertã hotel

El Convento de Sertã hotel, es un hotel construido en un convento que data del s. XVII, es un hotel con una decoración cómoda y elegante. Puedes disfrutar de todas las comodidades de un hotel de su categoría, piscina salada al aire libre y restaurante donde se sirven platos tradicionales. También dispones de servicio de masajes, que te aseguro que después de un largo día de turismo o caminata es lo ideal para sentirte descansado.

Si viajas en coche eléctrico el Convento Sertã hotel dispone de 1 enchufe | 3,7 kW/h | normal | cable Schuko EU Plug





## Dónde comer en Sertã

El restaurante del Hotel Convento de Sertã es una buena opción pero existe una gran oferta gastronómica en la ciudad.

En el almuerzo pude probar una de las mejores sopas de pescado de Portugal en el Restaurante Santo Amaro.

### Restaurante Santo Amaro

El Restaurante Santo Amaro tiene dos espacios uno más íntimo y relajado con una carta de cocina regional excelente como la prestigiosa sopa de pescado de Doña Helena o los famosos maranhos de Sertã, en mi caso me decidí además por el bacalao. Pero si tienes más prisas también dispones de una zona de snack bar con comidas rápidas y mariscos. [Cómo llegar al Restaurante Santo Amaro](#)

Otro lugar para cenar con mucho encanto en Sertã es la Mercearia do Largo.

### Mercearia do Largo

Cuando entras en este restaurante te sorprende la mezcla de tienda de productos locales, mínimo restaurante y casa familiar. La decoración es muy acogedora, igual que el servicio. Desde el principio te sientes como en casa. La comida de la Mercearia do largo es muy sencilla y muy rica. [Cómo llegar a Mercearia do Largo](#)







## Estaciones de carga de coches eléctrico en/cerca de Sertã | red Mobi.e:

- Rua da Zona Industrial, 5 (Gasolinera Galp) – 2 enchufes | 60 kW/h | rápido | cable CCS + cable CHAdeMO
- Estrada Municipal 534-1 (Gasolinera Repsol) – 3 enchufe | 60 kW/h + 22 kW/h + 50 kW/h | rápido | cable CHAdeMO + cable Mennekes + cable CCS

En Sertã es muy agradable dar un paseo por su playa fluvial al atardecer.

## La Ruta del Gran Zêzere

El río Zêzere es el denominador común de la identidad de las seis Aldeias do Xisto situadas en su cuenca. Es uno de los ríos más salvajes del país. A veces con aguas tranquilas o encajonado entre rocas los paisajes que dibuja son impresionantes.

La Ruta del Gran Zêzere te permite viajar desde el nacimiento a la desembocadura. Mi primer día en esta zona del Centro de Portugal comenzó en el embalse de Castelo do Bode.



El Centro de Portugal esconde en su interior un tesoro que cautiva a quienes tienen el privilegio de descubrirlo: **el río Zêzere**.

En mi caso comencé esta **ruta por el río Zêzere en la playa fluvial de Trízio**, muy cerquita de Sertã. Con sus aguas serpenteantes y sus orillas salpicadas de bosques frondosos, este río desempeña un papel esencial en la vida de la región y ofrece un entorno de belleza incomparable.

Puedes pasar unas largas vacaciones disfrutando de sus playas fluviales y de la vida en las aldeas que lo rodean o hacer una escapada.

## Ruta por el río Zêzere

### La playa fluvial de Trízio

En la playa fluvial de Trízio confluyen los arroyos de Isna y Sertã, esta playa forma parte del embalse de Castelo do Bode.



El embalse de Castelo do Bode es un lugar ideal para disfrutar de los deportes náuticos. Puedes alquilar canoas, practicar esquí acuático, wakeboards o darte un baño y disfrutar de una hamaca a la sombra de los pinos. Las aguas del embalse son muy templadas y el tiempo en el centro de Portugal es suave en invierno, en verano hace bastante calor en las horas centrales del día por lo que es fácil que te apetezca darte un baño.

En mi caso desde la playa de Trizio di un agradable **paseo en barco hasta la villa de Dornes**. Es una de las actividades que puedes hacer y reservar desde el Club náutico del Zêzere.

Llegar a Dornes desde la playa de Trizio, es un agradable paseo por las aguas del embalse de Castelo do Bode.

## Dornes y su torre templaria

Dornes es una pintoresca aldea que se encuentra rodeada por el río Zêzere y cuya historia se remonta a la fundación de Portugal, profundamente relacionada con la Orden de los Templarios en Portugal.

En Dornes se encuentra una curiosa torre pentagonal única supuestamente construida por los templarios como torre de vigilancia de la línea defensiva del Zêzere.

Fue la primera construida en Portugal con forma pentagonal por Gualdim Paes en el siglo XII gran maestro de la orden del Temple en Portugal.

Actualmente la Torre templaria de Dornes se encuentra en restauración, según los estudios arqueológicos ya realizados han revelado la existencia de una necrópolis medieval, con uso también en tiempos modernos. Se han encontrado esqueletos y monedas que ayudarán a datar los hallazgos.



## Iglesia de Nossa Senhora do Pranto

Justo al lado se encuentra la Iglesia de Nossa Senhora do Pranto, del siglo XV, una bonita iglesia que es el centro de más de cuarenta peregrinaciones al año por la gran devoción de sus visitantes. Desde la Edad Media, cada año 43 parroquias de la región peregrinan al santuario

En el interior, como en muchas de las iglesias portuguesas, paneles de azulejos del siglo XVII y siglo XVI en azul y blanco, el retablo mayor es del siglo XVII, en madera dorada con la imagen de piedra de la patrona Nossa Senhora do Pranto, del siglo XVI.

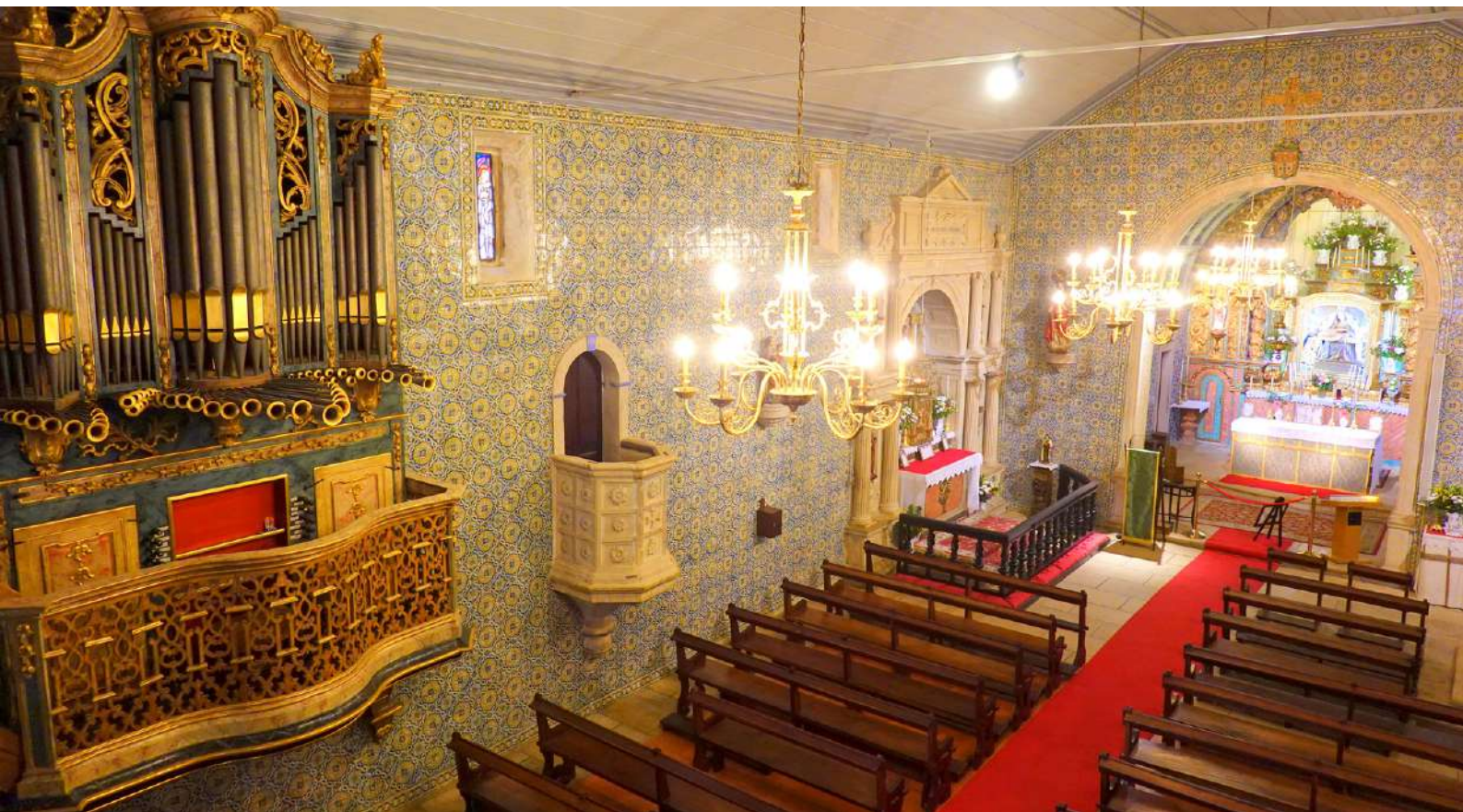
Cada misa aún se puede oír el órgano de tubos del siglo XVIII recientemente restaurado.

A ambos lados los altares renacentistas de piedra caliza: el altar del Santísimo Sacramento en el lado norte y el dedicado a la Santísima Trinidad en el lado sur.

Pero lo que más me llamó la atención es un pequeño museo donde unas bonitas cajas de madera atesoran cirios ofrecidos en las peregrinaciones que se realizan entre Semana Santa y septiembre. Son velas grandes con inscripciones y dibujos. Cada vela tiene su propia fecha y diferentes formas de llegar a Dornes. Lo más habitual es viajar en coche.

Decoran los vehículos con flores y otros motivos festivos, como antiguamente se hacía con los carros. En este pequeño museo de la sacristía hay cirios desde principios del siglo XIX.

La iglesia y la torre templaria de Dornes se encuentran en el punto más alto de aldea, desde aquí las vistas del Zêzere al atardecer son impresionantes.





## Dónde comer en Dornes

Muy cerquita se encuentra el **Restaurante O río**, un lugar con una terraza acristalada con unas vistas increíbles sobre el río Zêzere.

Su comida es tradicional con productos locales y a muy buen precio.

[Cómo llegar al Restaurante O río](#)



Para terminar esta ruta por el río Zêzere puedes visitar algunas de las Aldeias do Xisto.

## Fernandaires

Esta pequeña aldea al borde del embalse de Castelo do Bode, es muy visitada en verano por sus fantásticas instalaciones para el baño.

Rodeada de altas montañas y bosques de pinos marítimos y madroños, la Praia Fluvial de Fernandaires cuenta con una piscina flotante (para adultos y niños), además de bar, vestuarios y zona de estacionamiento.

No te pierdas las vistas del río Zêzere desde el Mirador de Fernandaires.



Estaciones de carga existentes en/cerca de Vila de Rei | red Mobi.e:

- Rua Abílio dos Santos (Eco Inside) - 1 enchufe | 11 kW/h | semi-rápido | cable Mennekes
- Rua Abílio dos Santos (EDP) - 2 enchufes | 22 kW/h | semi-rápido | cable Mennekes

Estación de carga existente en el Centro Geodésico | red Mobi.e:

- 2 enchufes | 22 kW/h | semi-rápido | cable Mennekes

## Agua Formosa

Esta pequeño Pueblo de Pizarra se encuentra entre las Riberas de Corga y Riberas da Galega, las casas de piedra se apiñan sobre un cerro que rodea el agua constantemente.

En esta zona de los Pueblos de Pizarra-Aldeias do Xisto-el elemento principal en la construcción es la cuarcita, pero también está bastante presente el esquisto. También se encuentra corcho y madera de olivo en los dinteles de los vanos.

Las Aldeias do Xisto se encuentran en el Centro de Portugal, literalmente, muy cerquita de Agua Formosa se encuentra el Picoto da Melriça.

## El centro geodésico de Portugal

El Pico da Melrica señala el centro geodésico de Portugal. Además de esta curiosidad, las vistas en 360° de las distintas sierras que lo reodean con espectaculares. Ahora sí puedo decir que he estado en el Centro de Portugal.



Ya sea que busques aventuras emocionantes, como el piragüismo en sus aguas refrescantes o senderismo a lo largo de sus orillas, o simplemente desees disfrutar de un día relajante de picnic en sus playas fluviales, el río Zêzere ofrece experiencias para todos los gustos.

Sus paisajes cambiantes a lo largo de las estaciones hacen que cada visita sea única, desde los colores ocre del otoño hasta las flores silvestres de la primavera.

Desde la ciudad de Sertã puedes hacer distintas rutas para conocer las aldeas de pizarra y algunos lugares de interés que se distribuyen entre valles y montañas del territorio que la rodea. Durante mi viaje tuve la oportunidad de conocer distintas rutas y no sabría decirte que lugares fueron los que más me gustaron.

## Lugares que visitar desde Sertã: Aldeias do Xisto y paisajes únicos

Desde la ciudad de Sertã puedes hacer distintas rutas para conocer las Aldeias do Xisto y algunos lugares de interés que se distribuyen entre valles y montañas del territorio que la rodea.

Puedes comenzar la mañana visitando Figueria (No confundir con Figueira do Foz, los navegadores a veces son muy traicioneros, a mí me pasó y me llevó en dirección contraria.)



## Figueira, Aldeia do Xisto y su horno comunitario

La Aldea de Figueira se encuentra muy cerquita de Sertã (28 kilómetros) pasando por Proença-a-Nova en dirección Sobreira/Formosa, es una de las aldeas de pizarra más auténticas de las que he visitado. Algunas casas aún están sin recuperar y eso le da incluso más encanto si cabe.

Sus casas se sitúan a ambos lados de callejones de piedra, dejando recovecos y rincones muy bonitos. En la construcción de las casas aún se aprecian los gallineros, la gallina era uno de los sustentos más importantes en épocas de poca bonanza económica. Los habitantes de las aldeas de pizarra siempre han sido muy humildes. Esta forma de vida se refleja en las construcciones de las casas, donde se usaba el material más cercano (Pizarra, esquistos, caliza...), en su gastronomía y costumbres.

En el centro de Figueira, se encuentra el horno comunitario, aquí además del uso del horno era donde se hacía la “vida social”, donde se charlaba, contaban las novedades o imagino que se contarían los “chismes” de la aldea o aldeas cercanas.

Aún conserva un listón de madera donde se “anotaba” el orden del uso del horno por familias.





Otra de las curiosidades de Figueira es que aún conserva el uso de las puertas de madera que cerraban el pueblo al anochecer para evitar el ataque de animales, como el lobo, o de robos. Estas puertas de madera aún conservan sus anclajes en la piedra de las casas al principio de los callejones de entrada.

Después de hacer una visita guiada, en Figueira tuve la oportunidad de cocinar uno de los postres típicos de Portugal: la Tigelada

La Tigelada es un postre horneado en una cazuela de barro, con ingredientes muy sencillos; leche, miel, canela, ralladura de limón, harina, huevos y ¡Al horno!



### Dónde comer en Figueira

Hacer una visita guiada por Figueira y cocinar una tigelada es una de las experiencias que puedes hacer junto a Joana Pereira. Joana también te recibirá en el único restaurante que puedes encontrar en Figueira: Restaurante Casa ti Augusta.

El Restaurante Casa ti Augusta es un espacio encantador tanto en su interior, como en su terraza, y el servicio es impecable. La comida es excelente, realmente casera, es un sitio ideal para conocer la verdadera gastronomía portuguesa del centro del país. Aquí puedes probar platos como los maranhos y el plangaio.



El maranho consiste en una bolsita hecha de un trozo de tripa de cabra rellena de carne de cabra, jamón y arroz y muy condimentada con menta, pimentón, perejil y otros condimentos con todo rociado con vino blanco, después de coserlas, las bolsas se hierven en agua.

El plangaio es muy parecido pero se incluyen costillas y una vez preparada la salchicha, se coloca en un ahumadero, lo que le permite adquirir un sabor característico. Suele cocinarse como acompañamiento de diversos platos.

### Cómo llegar al Restaurante Casa ti Augusta



Con el estómago lleno y una buena copa de vino de la tierra (Que también son muy ricos), lo ideal ir a visitar un monumento natural increíble y dar un agradable paseo.

Uno de los encantos de esta zona del centro de Portugal está en su naturaleza en estado puro. Naturaleza que se puede disfrutar en las playas fluviales, en los bosques que se pueden descubrir a pie siguiendo los “Caminos de esquisto” (Caminhos do xisto), o los senderos para bicicleta marcados según distintos niveles de dificultad por los Centros de BTT. También existen otras alternativas para los viajeros más deportistas, como el piragüismo, la escalada, el rappel y la tirolina.



Puntos de recarga Estación de carga existente en Proença-a-Nova | red  
Mobi.e:

– 2 enchufes | 22 kW/h | semi-rápido | cable Mennekes

Otro de los lugares imprescindibles para visitar desde Sertã es el Moinho das Freiras, un lugar impresionante que puedes recorrer en un agradable paseo o en Kayak.

## Moinho das Freiras, donde el Zêzere se hace cañón



El valle del Zêzere esconde tesoros únicos, como el situado en el fondo de este valle, concretamente en Moinho das Freiras, cerca de Pedrógão Pequeno (16 kilómetros desde Sertã) el entorno intercala tonos azules y verdes siendo un lugar increíble para disfrutar con una caminata o recorriendo el río en Kayak.

En cuanto al nombre; “Moinho das Freiras” todo indica que aquí hubo un molino que era propiedad de las monjas de un antiguo convento en Pedrógão Pequeno, de hecho, en las cercanías se pudieron encontrar varios molinos, todos ellos sumergidos tras la construcción de la presa de Cabril.

Puedes dejar tu coche cerca del “túnel”, y desde aquí comenzar tu paseo.

El ‘túnel’ es una imponente estructura excavada en la piedra caliza del valle y cuyo propósito nunca se cumplió. La Companhia Nacional de Viação e Electricidade planeaba construir una planta eléctrica para abastecer la región Central del país, en este lugar. Para ello, construyó un dique y una levada desde el lugar de Vau (aguas arriba de la actual presa de Cabril) hasta el Moinho das Freiras, que debía transportar el agua y así obtener energía mediante la fuerza de la caída. Las obras del ‘túnel del canal’ comenzaron en 1918 y se suspendieron dos años después. El túnel excavado y el camino que lo sigue, hacia el Puente Filipino, son hoy recuerdos de este antiguo proyecto.

Junto al túnel, existe un merendero muy agradable, más abajo, en las aguas del río Zêzere, puedes reservar para practicar diversos deportes acuáticos o simplemente contemplar el paisaje.

Después de disfrutar de las vistas y tomar algo en el merendero, sigue el camino a través del túnel, un camino de muy fácil acceso que discurre paralelo al río, descubriendo rincones y paredes de caliza impresionantes.

A unos 20 minutos podrás ver en la otra orilla un mirador construido en madera sobre un acantilado, son los Passadiços Penedo Granada, son unas pasarelas construidas para hacer una ruta senderista desde Pedrógão Grande y como final este mirador sobre el río.

Si continuamos caminando otros diez minutos llegaremos a una de las vistas más bonitas de nuestro paseo, el Puente Filipino de Pedrógão Pequeno.

## El Puente Filipino de Pedrógão Pequeno

El Puente Filipino Pedrógão Pequeno fue construido durante el siglo XVII, en una época en la que Portugal estaba gobernada por monarcas de origen español de la casa de Austria. Su función era sustituir un antiguo puente de madera, de origen romano (del que aún quedan vestigios), que conectaba las dos orillas del río Zêzere. Construido en piedra, el puente se basa en tres arcos y mide 62,4 metros de altura.

El camino de acceso a este puente no se construyó hasta 1860, ya que hasta entonces sólo era accesible a pie o a caballo. Con la construcción de la presa de Cabril, el puente dejó de utilizarse y quedó en ruinas.

Este puente es Monumento Nacional desde 1910, es verdaderamente muy bonito y el entorno es espectacular.



## La Aldeia do Xisto de Casal de São Simão



Casal de São Simão se encuentra a unos 36 kilómetros de Sertã, es una pequeña aldea construida mayoritariamente de roca caliza. Sus casas se adaptan al terreno consiguiendo una única calle empinada. Es pequeña, pero muy bonita, las casas se confunden con el terreno bajando hasta el río y su playa fluvial.

Sus habitantes se han afanado en reconstruir la aldea consiguiendo rincones con mucho encanto. Justo a mitad de camino se encuentra una fuente y la capilla más antigua del municipio de Figueró dos Vinhos.



### Dónde comer en Casal de São Simão

En esta aldea se encuentra el Restaurante Varanda do Casal, está justo arriba de la aldea, y aunque no aparece su nombre en la puerta, es inconfundible, es un edificio con una terraza acristalada y es el único de la aldea. En este restaurante se sirven platos de cocina tradicional y algunos más innovadores pero siempre utilizando productos locales. Elegí en este caso el bacalao, plato estrella de Portugal, riquísimo.

[Cómo llegar al Restaurante Varanda do Casal](#)



Si sigues el camino hacia el río Alge, hay un sendero que te lleva a otros de los monumentos naturales que no te puedes perder: Las Fragas de São Simão.

## Las Fragas de São Simão



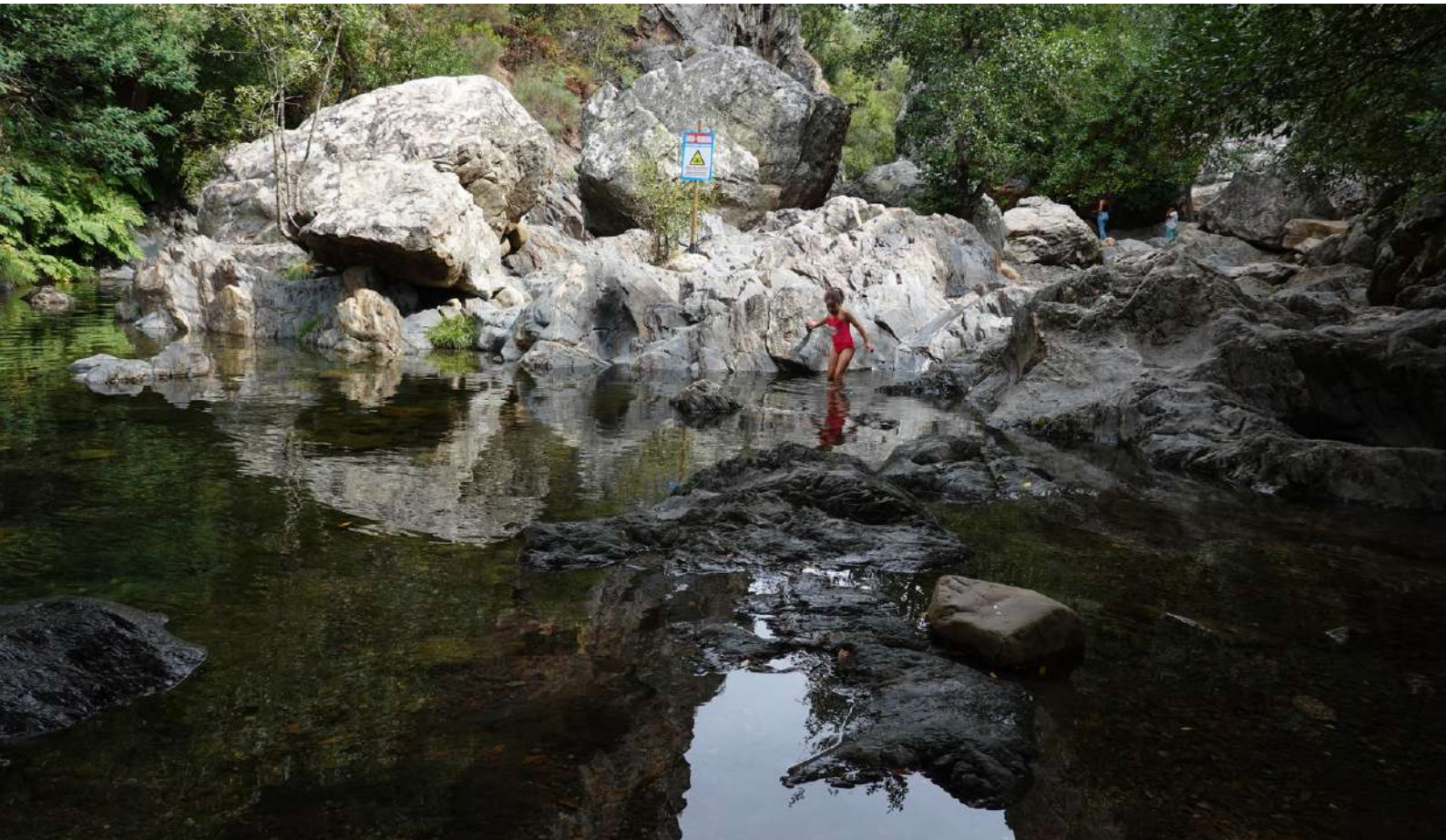
Hay tres formas de llegar hasta las Fragas de São Simão: O directamente en coche y llegarás a su playa fluvial, donde también hay un merendero y una cafetería.

Utilizando las pasarelas de las Fragas de São Simão que se encuentran en el pueblo de Figueiró dos Vinhos.

Las Pasarelas das Fragas de São Simão hacen la conexión entre la aldea de pizarra de Casal de São Simão y la playa fluvial y el mirador de São Simão. Estas pasarelas atraviesan el desfiladero de la Ribeira de Alge, en un recorrido por los paisajes más impresionantes, llenos de contrastes. Es una ruta lineal de algo más de 1700 metros.

En mi caso recorrí un sendero paralelo al río desde la aldea de Casal de São Simão, en un bosque entre helechos y árboles centenarios que dibujan un paisaje impresionante, unos dos kilómetros aproximadamente.

Una vez que llegué a la playa fluvial no pude evitar darme un pequeño chapuzón, el agua es muy fresca y en esta zona de Portugal las temperaturas en septiembre aún son calurosas. Hubiera deseado pasar más tiempo en este rincón idílico pero tenía que continuar mi camino.



Si te apetece dar este paseo desde Casal de Sao Simao hasta las Fragas, u otras rutas caminando o en bicicleta eléctrica te recomiendo que contactes con Pedro Pedrosa de la empresa [A2Z](#), es un guía estupendo para mostrarte estos lugares.

Precisamente su empresa también tiene unos alojamientos muy cerquita, en Ferreira de Sao Joao.

Estaciones de carga existentes en Figueiró dos Vinhos | red Mobe.e:



– Rua José Simões de Abreu (Gasolinera Galp) – 2 enchufe | 60 kW/h | rápido | cable CCS + cable CHAdeMO

– Rua do Mercado (Gasolinera Galp) – 2 enchufes | 22 kW/h | semi-rápido | cable Mennekes

## Ferraria de São João, y sus corrales comunitarios

Ferraria de São João es una tranquila aldea construida principalmente de cuarcita y esquistos, aunque algunas de las casas han sido remozadas y pintadas de blanco, es otro de los lugares que puedes ir a ver desde Sertã .

Solo algunos perritos de la aldea nos acompañan en nuestro paseo, y algunas vecinas saludan desde los dinteles de las puertas a esta “extranjera” que llega haciendo fotografías.

Si visitas Ferraria de São João al final de la aldea verás unas construcciones más bajas realizadas en piedra y con puertas pequeñas, son corrales comunitarios que aún existen. Algunas cabras se guardan en uno de ellos esperando salir a dar un paseo. Me cuentan que aunque las cabras pasen el día juntas, cada una de ellas vuelve a su corral.

Al final del pueblo hay un pequeño bosque de alcornoques, que tiene una gran importancia. En un reciente incendio, curiosamente, este pequeño bosque fue el que salvó a la aldea de que llegara el fuego, esto ha conseguido que sea muy cuidado por las personas que viven aquí, incluso la asociación de vecinos tiene un proyecto de “adopción de alcornoques”. Unos paneles explicativos dan al lugar un sentido lúdico además de ser un lugar de reunión excelente.







## Dónde alojarte en Ferreira de Sao

Si decides recorrer estos lugares con más tranquilidad, en Ferraria de São João, se encuentran los Apartamentos Vale do ninho, con unas instalaciones que siguen las construcciones típicas en piedra y madera pero con todos los lujos de la vida moderna.

# Ruta por los Pueblos de Pizarra de la Sierra de Lousã

Portugal es conocido por sus impresionantes paisajes costeros y ciudades históricas, pero pocos viajeros se aventuran hacia su interior para descubrir las maravillas de la Sierra de Lousã. En esta ruta por los Pueblos de Pizarra de la Sierra de Lousã, recorrerás algunas de las Aldeias do Xisto y disfrutarás de algunas sorpresas más de gran belleza natural.

La Sierra de Lousã se encuentra a unos 30 kilómetros de Coímbra. Este tesoro escondido en el corazón de Portugal es un paraíso para los amantes de la naturaleza y los viajeros en busca de autenticidad y tranquilidad.

El impresionante paisaje de la montaña de Lousã es el escenario perfecto de doce encantadores Pueblos de Pizarra: Aigra Nova, Aigra Velha, Candal, Casal de São Simão, Casal Novo, Cerdeira, Chiqueiro, Comareira, Ferraria de São João, Gondramaz, Pena y Talasnal.



# Los Pueblos de Esquisto en la Sierra de Lousã

Una de las características más destacadas de la Sierra de Lousã es su colección de pueblos de esquisto, las aldeias do xisto. Estos encantadores pueblos están contruidos con esquistos (Pizarra), una piedra local, y se integran perfectamente en el entorno. Explorar localidades como Cerdeira, Candal y Talasnal es como dar un paso atrás en el tiempo. Sus calles empedradas, casas de piedra y flores que adornan las fachadas te harán sentir la tranquilidad y sosiego que se respira en la Sierra de Lousã.

## Cómo llegar a la Sierra de Lousã

La Sierra de Lousã se encuentra a una hora escasa de Coimbra por lo que tienes dos posibilidades para conocer esta zona:



### Alquilar un coche

Mi consejo es que para hacer esta ruta a tu ritmo, lo más cómodo es alquilar un coche.



### Excursiones desde Coimbra

Pero si estás pasando unos días en Coimbra y quieres conocer la Sierra de Lousã puedes reservar una excursión a la Sierra de Lousã con un guía en español donde conoceras algunas de las Aldeias do Xisto.



# Lousã

Otra de las formas de conocer los Pueblos de Pizarra de la Sierra de Lousã es alojándote en la ciudad de Lousã. Lousã es una ciudad pequeña y tranquila con algunos monumentos interesantes como la Iglesia Matriz, Edifício dos Paços do Concelho, o el Museo Etnográfico.



## Dónde alojarte en Lousã

En esta ocasión me alojé en el Octant Hoteles Lousã, un antiguo palacio de la Vizcondesa de Espinhal del siglo XVIII que es una preciosidad y donde las atenciones son exquisitas. Su restaurante es también uno de los más valorados de la región.



# Qué visitar en la Sierra de Lousã

## Actividades en la naturaleza en la Sierra de Lousã

Si te apetece hacer una caminata por la Sierra, ir a ver los ciervos por la Sierra de Lousã, la gastronomía y costumbres de la Sierra de Lousã te aconsejo que contactes con la empresa Veado Verde, Alfredo Mateus te mostrará lo mejor de la región.

Comencé el día con una actividad que me apetecía mucho, hacer un tour de observación de ciervos y el madrugón mereció la pena.

## Tour de observación de ciervos



La Serra da Lousã es un lugar privilegiado para observar ciervos en su entorno natural.

Con Veado Verde fue con quien hice este recorrido en jeep que incluye la observación de la fauna local, especialmente los ciervos, pero también es posible ver corsos, jabalíes y otras especies animales.

Durante el mes de septiembre se produce la berrea, el periodo de apareamiento de los ciervos, por lo que realizar la ruta en el otoño es aún más interesante. En mi caso comenzaba la berrea y los ciervos se dejaban ver entre las sombras de los árboles. También es posible hacer un tour fotográfico, pero hay que estar muy atento porque esa es la belleza de verlos en libertad, que no van a posar para ti.

En este recorrido en Jeep no solo tienes la oportunidad de disfrutar de ciervos y cursos en libertad, también es una forma más auténtica de descubrir los bosques, las aldeas y los paisajes de la Sierra de Lousã

## Senderismo y caminatas por la Sierra de Lousã

La Sierra de Lousã es un paraíso para los amantes del senderismo y la naturaleza. Aquí encontrarás una amplia red de senderos que serpentean a través de bosques de pinos, robles y castaños. Uno de los senderos más populares es el “Trilho das Aldeias do Xisto,” que conecta varios pueblos de esquisto y ofrece vistas espectaculares de las colinas verdes circundantes.

En mi caso tuve la oportunidad de hacer un precioso sendero desde la aldea de Cerdeira a la aldea de Candal. Es un sendero, desde mi punto de vista, de una dificultad media, en mi caso que no estoy entrenada para caminar por estas colinas, tardé un poco más de lo que normalmente tardan personas más habituadas a caminar por el monte, pero si viajas sin prisas y vas equipado con un calzado adecuado no debes de tener ningún problema, en todo caso tardar un poco más, como en mi caso.

También es verdad que el precioso paisaje te va a obligar a parar a cada paso si quieres hacer fotografías o deleitarte con el olor de los pinos o las vistas. Pero no importa, de eso se trata ¿no?, de disfrutar del camino.



## Cerdeira, una aldea reconstruida con arte



Este fue mi punto de partida hasta la aldea de Candal.

Cerdeira es una preciosa aldea de pizarra que ha sido recuperada y que se encarama por la ladera de una colina gracias a la construcción de principios del siglo XX en pizarra y que aún sigue maravillando al visitante. Cada rincón está construido en armonía con la naturaleza por lo que tienes la sensación de estar inmerso en una preciosa aldea de piedra de otro tiempo.

Este es un pueblo que el arte y la creatividad ayudaron a reconstruir gracias al proyecto Cerdeira Home for creativity. Actualmente es un lugar de creación artística, a través de residencias artísticas internacionales, talleres de formación y pequeñas experiencias creativas. Un lugar de retiros creativos y de bienestar, aprovechando su riqueza natural, el silencio y toda la infraestructura creada: el alojamiento, la Escuela de Artes y Oficios, los talleres, la Biblioteca, la Galería, el horno comunitario, el Café da Videira y la Taberna das Artes.



En Cerdeira, dispones de un punto de recarga de coches eléctricos

Estación de carga existente en Cerdeira | red Mobi.e: – 2 enchufes | 22 kW/h | semi-rápido | cable Mennekes

## Candal, la puerta de las Aldeias do Xistos de Lousá

Candal es una de las Aldeias do Xisto más accesibles desde la ciudad de Lousã. Esta pequeña aldea aún conserva las casas de pizarra, la era, la capilla, la fuente y el lavadero público, todos ellos testimonios del mundo rural preservados en el tiempo.



### Dónde comer en Candal

Llegar a Candal después de la caminata fue muy agradable, nos esperaba un apetitoso almuerzo en el Restaurante Sabores de Aldea. Ya habíamos hecho un desayuno en la tiendecita de Candal antes de hacer nuestro tour en jeep, una deliciosa abacería donde puedes tomar productos locales como un buen queso, jamón, un buen vino y la rica miel de la zona. Una miel que se caracteriza por ser más oscura y menos dulce, pero muy rica. Productos que te aseguro que después de una caminata te saben a gloria.

En el restaurante de Candal, Sabores de Aldea, disfrutamos de un delicioso cabrito hecho a la leña que estaba para chuparse los dedos. Este restaurante es muy acogedor y tiene una carta exquisita por lo que te aconsejo que hagas tu reserva antes de visitarlo.

[Cómo llegar al Restaurante Sabores de Aldea](#)



Después de este delicioso almuerzo aún me quedaba conocer un rincón de la Sierra de Lousã con mucho encanto.

## El Santuario de Nuestra Señora de la Piedad

En un entorno idílico y frente al Castillo de Arouce (Castillo de Lousã) se encuentra el Santuario de Nuestra Señora de la Piedad. Está compuesto por 3 capillas: Virgen de la Piedad, S. Juan y Virgen de la Agonía separadas por un complejo de escaleras y fuentes al borde del río y las piscinas fluviales.

En este Santuario se encuentran esculturas de S. Paio y de S. Juan Evangelista en caliza pintada del siglo XV.

## El Castillo de Lousã (Castillo de Arouce)

Justo en el mismo lugar que el Santuario de Nuestra Señora de la Piedad se encuentra el Castillo de Arouce, se encuentra perfectamente conservado. Es un castillo pequeño pero con un aspecto muy robusto frente a los ataques. Pertenece a una de las primeras líneas defensivas creadas para controlar los accesos meridionales a Coimbra, en la segunda mitad del siglo XI.

Según la leyenda en la época de la ocupación musulmana el castillo fue erigido por el emir (jefe árabe) Arunce, para la protección de su hija Peralta y de sus tesoros tras derrotado y expulsado de Conimbriga.





Otra de las aldeas que puedes visitar en la Sierra de Lousã, son Talasnal, Casal Novo, Chiqueiro...

Algunas de estas aldeas han sido recuperadas por nuevos moradores que llegaron de la ciudad con el sueño de vivir en un entorno rural en estas preciosas casas de piedra con miradores y balcones a la Sierra.

Otras de estas aldeas aún conservan sus antiguos moradores, gente humilde que vive gracias a trabajos tradicionales como el pastoreo, la fabricación de quesos o de miel.

Las vistas de Talasnal con la Sierra de Lousã al fondo, fue una de las últimas imágenes que guardo en mi retina de este viaje por los Pueblos de Pizarra de Portugal. Sin duda aún me quedaron muchos rincones por descubrir y ya planeo mi siguiente visita con las ganas de la primera vez.



Estaciones de carga existentes en Lousã | red Mobi.e:

- Avenida da Lousã (Gasolinera Prio) - 2 enchufes | 43 kW/h + 50 kW/h | rápido | cable Mennekes + cable CCS
- Praça Luís de Camões (Gasolinera Galp) - 2 enchufes | 22 kW/h | semi-rápido | cable Mennekes
- Avenida Coelho da Gama (EDP) - 2 enchufes | 22 kW/h | semi-rápido | cable Mennekes

### Enlaces para encontrar estaciones de carga en Portugal

<https://mobie.pt/redemobie/encontrar-posto>  
<https://www.evolut.green/postos-carregamento-carros-eletricos-portugal/>  
<https://www.uve.pt/page/postos-carregamento-rapido-portugal/>



# Sabores de aldea, un paseo por la gastronomía de los Pueblos de Pizarra

Portugal es un país que rebosa de tradición culinaria, y sus regiones rurales esconden tesoros gastronómicos que han resistido la prueba del tiempo. Las Aldeias do Xisto, o Pueblos de Pizarra, son un ejemplo perfecto de este fenómeno. Enclavadas en las montañas centrales de Portugal, estas pintorescas aldeas no solo son famosas por su arquitectura de pizarra única, sino también por su rica herencia culinaria. En este artículo, exploraremos la deliciosa gastronomía de los Pueblos de Pizarra (Aldeias do Xisto).

## Las Aldeias do Xisto: Patrimonio Cultural y Gastronómico

Las Aldeias do Xisto son un conjunto de pequeñas aldeas esparcidas por las colinas y valles de la región de Beira Baixa, en el centro de Portugal.

Estas aldeas, construidas principalmente con pizarra y esquisto, se mezclan perfectamente con el entorno natural y ofrecen una experiencia única para los visitantes que desean escapar del bullicio de la ciudad.

La vida en estas aldeas siempre ha estado estrechamente ligada a la naturaleza. Los habitantes de las Aldeias do Xisto han sabido aprovechar los recursos naturales que les rodean para crear **una cocina auténtica y deliciosa**. La gastronomía de esta región es conocida por su simplicidad y autenticidad, donde los ingredientes locales frescos son los protagonistas indiscutibles.

## Sabores sencillos con identidad profunda

Los platos tradicionales reflejan la vida rural y la dependencia de lo que la tierra y el ganado pueden proporcionar. Aquí, la comida es una celebración de la tierra, y cada plato cuenta una historia de la región.



### Los Maranhos de las Aldeias do Xisto: una deliciosa tradición culinaria

Los Maranhos son una especie de albóndigas rellenas que, aunque se encuentran en varias regiones de Portugal, tienen su propia versión característica en las Aldeias do Xisto. Este plato es una auténtica manifestación de la sabiduría culinaria local y una celebración de los ingredientes disponibles en la región. La receta tradicional de Maranhos suele incluir carne de cordero o cabrito picada, arroz, cebolla, ajo, perejil y una mezcla de especias aromáticas. Estos ingredientes se mezclan y se utilizan para rellenar una fina membrana de tripa de cordero, que luego se ata cuidadosamente para dar forma a las albóndigas.



## Los Plangaios: Un Tesoro Culinario de las Aldeias do Xisto

Este nombre puede sonar misterioso para aquellos que no están familiarizados con la región, pero una vez que pruebas esta deliciosa especialidad, te sumerges en la riqueza de su sabor y su historia.

Los Plangaios son un tipo de empanadilla rellena, hecha con una masa crujiente y un relleno que varía según la época del año y los ingredientes disponibles. Los ingredientes principales incluyen carne de cerdo o cordero, hierbas aromáticas locales como el tomillo y el orégano, y a menudo se agregan vegetales de temporada como los pimientos o las cebollas.



## La estrella de la mesa: El bacalao

El bacalao, omnipresente en la gastronomía portuguesa, también encuentra su lugar en los Pueblos de Pizarra. Uno de los platos más emblemáticos es el “Bacalhau à Brás,” una mezcla perfecta de bacalao desmigado, cebolla, ajo, y huevos batidos. Su simplicidad esconde un sabor extraordinario que representa la destreza culinaria local. También podrás encontrar otras formas de prepararlos como guisado o a la brasa.



## Sabores rurales: cordero y cabrito

La carne de cordero y cabrito es una delicia en esta región. Preparada en estofados ricos y sazonados con hierbas aromáticas, esta carne tierna y sabrosa es una fiesta para el paladar. Los locales son maestros en la preparación de cordero asado a la brasa, y el aroma que inunda las aldeas en los días festivos es simplemente irresistible.



## Del mar a la mesa: Mariscos frescos

La ubicación de Portugal junto al Atlántico garantiza el acceso a mariscos frescos y deliciosos. En los Pueblos de Pizarra, los mariscos se convierten en tesoros culinarios. Desde el pulpo a la parrilla hasta las gambas al ajillo, cada bocado es una explosión de sabor que te conecta con el océano.



## El dulce encanto de los postres

Para culminar cualquier comida en estas aldeas, los postres tradicionales son una parada obligatoria. Desde la Tigelada hasta el arroz dulce aromatizado con canela y limón, la repostería portuguesa es un viaje por el dulce lado de la vida.



## El vino y el queso: Compañeros inseparables

No se puede hablar de la gastronomía portuguesa sin mencionar el vino y el queso. En las Aldeias do Xisto, los viñedos locales producen vinos únicos que acompañan a la perfección los platos regionales. Además, la región es famosa por su queso de oveja, como el Queijo Serra da Estrela, un manjar cremoso que se derrite en el paladar.

En resumen, la gastronomía de las Aldeias de Pizarra en el centro de Portugal es un viaje en el tiempo y en los sabores. Cada bocado es una ventana a la historia y la cultura de la región, un recordatorio de la importancia de mantener vivas las tradiciones culinarias locales. Cuando visites estas aldeas, no solo experimentarás la belleza de la piedra, sino también la delicia de la comida que nutre el alma y el cuerpo por igual.

Esta guía es un proyecto realizado para la [Agencia Regional de Promoción Turística Centro de Portugal](#)

Esta ruta forma parte del proyecto e-RUTA, proyecto cuyo objetivo es la promoción de la movilidad eléctrica en el sector turístico.

Todas mis opiniones son independientes y basadas en mi experiencia.

\*Este documento es de uso exclusivo y personal. Se prohíbe su circulación y reproducción de todo o en parte sin el consentimiento de Mi ruta Responsable.



*Una confesión:*

Viajar primero te deja sin palabras y luego te convierte en un narrador

**¡FELIZ VIAJE!**