

El Ayuntamiento de Salamanca promueve los derechos de las personas consumidoras mediante acciones de defensa, formación e información en cuantos ámbitos tienen que ver con la adquisición de productos y contratación de servicios. La apuesta por la sostenibilidad es un objetivo central de la política municipal de consumo.

Desde 2016, año designado por la ONU como Internacional de las Legumbres, se han celebrado semanas dedicadas a la promoción del consumo de las leguminosas y, en particular, de las de proximidad por su importante papel en la salud de las personas, del medio ambiente y de la economía.

La VIII semana de las legumbres se celebrará **del 25 de noviembre al 1 de diciembre**. Cuenta con la colaboración de la Diputación de Salamanca, los clubes de promoción Salamanca para Comérsela y Salamanca en Bandeja, Salamanca Ciudad del Español, el Museo del Comercio, la Indicación Geográfica Protegida Lenteja de la Armuña, la Marca de Garantía Garbanzo de Pedrosillo, la asociación de vecinos ZOES, el Mercado Central de Abastos de Salamanca, el Mercado Municipal de Abastos de San Juan y Fundación ASPRODES Plena Inclusión. Estará coordinada por el comunicador gastronómico y miembro de la Academia de Gastronomía de Castilla y León David Monaguillo.

La semana incluye actividades muy diversas. En lo gastronómico, **17 restaurantes de Salamanca para Comérsela** y **16 establecimientos de hostelería del Barrio del Oeste** se suman a la iniciativa ofreciendo una interesante variedad de platos y pinchos elaborados con legumbres.

Como novedad, este año estrenamos el **I Concurso de Recetas de la Semana de las Legumbres**, abierto a personas de todas las edades. **Envía tu receta antes del 28 de noviembre y participa**. Más información en la **Sección de Consumo** de la página web del Ayuntamiento de Salamanca.

El Museo del Comercio colabora con la exposición fotográfica **Luz con el tiempo dentro. Monumentos de La Armuña.**, de Vicente Sierra Puparelli, visitable hasta el 23 de febrero de 2025.

Un año más, ¡disfruten de la magia de las legumbres!

VIII SEMANA DE LAS LEGUMBRES

DEL 25 DE NOVIEMBRE AL 1 DE DICIEMBRE DE 2024

ORGANIZAN



Ayuntamiento de Salamanca



Oficina Municipal de Información a Personas Consumidoras
Ayuntamiento de Salamanca

COLABORAN



Diputación de Salamanca



ASPRODES Plena Inclusión
Castilla y León



PROGRAMA

LUNES 25 DE NOVIEMBRE

16:00 **Visita al Centro de la Legumbre (Pajares de la Laguna)** y cata de elaboraciones a partir de harina de legumbres.

MARTES 26 DE NOVIEMBRE

12:00 **Paseo Gastronómico.** Salida del Liceo de Salamanca y llegada al Museo del Comercio. Visita guiada a la exposición **Luz con el tiempo dentro. Monumentos de La Armuña**, y posterior degustación de dulces elaborados con harinas de legumbres.

17:30 **Taller de cocina en directo** impartido por David Monaguillo en el Museo del Comercio.

MIÉRCOLES 27 DE NOVIEMBRE

12:00 **Paseo Gastronómico.** Salida de la Plaza Trujillo y llegada al Museo del Comercio. Visita guiada a la exposición **Luz con el tiempo dentro. Monumentos de La Armuña**, y posterior degustación de dulces elaborados con harinas de legumbres.

17:30 **Taller de cocina en directo** impartido por David Monaguillo en ZOES.

JUEVES 28 DE NOVIEMBRE

12:00 **Showcooking** con legumbres en el Mercado de San Juan a cargo del cocinero César Niño (Restaurante El Alquimista).

17:00 **Taller de cocina en directo** impartido por David Monaguillo en La Lonja de los Huertos Urbanos.

VIERNES 29 DE NOVIEMBRE

12:00 **Showcooking** con legumbres en el Mercado Central a cargo del cocinero Jorge Lozano (Grupo Tapas).

Información e inscripción en las actividades.
A través del email: omic@aytosalamanca.es
O de forma presencial en el C.M.I. Victoria Agrados: Avenida de Villamayor, 71

ACTIVIDADES PERMANENTES DE LA SEMANA

Del 25 de noviembre al 1 de diciembre - Ruta de las Legumbres por los establecimientos del Barrio del Oeste.
- Platos de cocina y tapas con Legumbres en los restaurantes asociados al Club de producto Salamanca para Comérsela.

Del 26 al 27 de noviembre - Exposición fotográfica **Luz con el tiempo dentro. Monumentos de La Armuña, de Vicente Sierra Puparelli** en el Museo del Comercio.

RUTA POR LOS RESTAURANTES ADHERIDOS A SALAMANCA PARA COMÉRSELA

- **1 - Bambú, Brasas y Tapas** - C. Prior, 6
Garbanzo pedrosillano, boletus y presa ibérica ahumada
- **2 - Clavel 8, Brasa y Copas** - C. Clavel, 8
Alubias blancas con chorizo ahumado de la Sierra
- **3 - Consentido** - Pl. del Mercado, 8
Garbanzo de Romo, morro de cerdo y niscalos
- **4 - Domo Delaire** - Pl. Constitución, 10
Ninoyaki de potaje con bacalao confitado
- **5 - El Alquimista** - Pl. de San Cristóbal, 6
Hummus de garbanzos de Pedrosillo con tomates pasificados
- **6 - El Mesón de Gonzalo** - Pl. Poeta Iglesias, 10
Lentejas de La Armuña, papapa Ibérica y cremoso de foie
- **7 - Fonda del Arcediano de Medina** - C. Reja, 10
"Nuestro Cocido"
- **8 - La Cocina de Toño** - C. Espoz y Mina, 30
Alubias con carrillera ibérica
Garbanzos con marisco
- **9 - La Jara** - C. San Justo, 6
Garbanzos con callos
- **10 - La Sastrería del Mercado** - Pl. del Mercado, 8
Garbanzos con manitas y setas de temporada
- **11 - Lilicook Cocina** - Pl. Sexmeros, 7
Alubia blanca en salsa verde con almejas
- **12 - Martinica Salamanca** - C. Concejo, 3
Cocido de garbanzos de Pedrosillo
- **13 - Oroviejo** - Pl. de San Benito, 5
Gyozas de codornices estofadas, hummus de garbanzos, coco thai y portobello
- **14 - Portal del Lino** - C. San Juan de la Cruz, 6
Alubia canela con manitas y navaja asada
- **15 - Pucela** - C. Saavedra y Fajardo, 2
Garbanzos de Pedrosillo con morro y oreja
- **16 - Tapas 2.0** - C. Felipe Espino, 10
Alubia carilla con crujiente de manitas de cerdo
- **17 - Tapería Jaleo** - C. Azafranal, 13
Lenteja de la Armuña con boletus

RUTA POR LOS ESTABLECIMIENTOS DE HOSTELERÍA DEL BARRIO DEL OESTE

- **1 - Bar Bonanza** - Pl. Oeste, 6
Garbanzos al estilo del Alentejo
- **2 - Bar Lyon** - C. Isidro Segovia, 1
Lentejas a lo serrano
- **3 - Bar Macondo** - C. Dr. Jaime Vera, 2
Lentejas con curry
- **4 - Café Bar Kahvalti** - C. Muñoz Torrero, 9
Lentejas al curry con pollo
- **5 - Café Bar Maro's** - C. Joaquín Costa, 9
Garbanzos con pulpo
- **6 - Cafetería MT** - Pl. del Oeste
Alubias a la vasca con sus sacramentos
- **7 - Gran Tasca Bar Manzano**
C. Profesor Saez, 14
Garbanzos con cocido y relleno de gallina
- **8 - Harmony 3.0** - Pl. Carmelitas, 10
Miniatura de cocido
- **9 - La Cocinita Mágica** - C. Gutenberg, 22
Receta especial con legumbres de Salamanca
- **10 - La Salchichería** - Pl. Oeste, 7
Miniburguer de lentejas con queso fundido
- **11 - La Tertulia Venezolana** - Avda. Portugal, 131
Frijoles negros con queso blanco venezolano y una arepita frita
- **12 - La Tertulia Venezolana** - Pl. Carmelitas, 11
Frijoles negros con queso blanco venezolano y una arepita frita
- **13 - La Vegatería** - C. Gutenberg, 13
Lenteja caviar con hierbabuena y cilantro
- **14 - Montecarlo Restaurante** - Pl. Carmelitas, 64
Alubias blancas con manitas de cerdo
- **15 - Ruta A66** - C. Vitigudino, 44
Garbanzos con langostinos
- **16 - The Craft Bar LaBestia** - C. Melchor Cano, 14
Kraken con hummus pedrosillano



VIII SEMANA DE LAS
LEGUMBRES