



**Asón
Cantabria**



La Despensa
Femenina

COMARCA ASÓN; Un paraíso desconocido.

En el interior oriental de Cantabria encontramos esta comarca, que debe su nombre al río que por ella trascurre y que deja a su paso un paraje cautivador de espectacular belleza, para muchos desconocido.



La importancia ambiental y paisajística de este espacio recae sobre el río Asón, eje vertebrador de la comarca. Su inicio, en el Parque Natural de los Collados del Asón, es visita obligada para disfrutar con la cascada de más de 50 metros de altura donde nace. En su discurrir hacia el mar abre un amplio valle, con grandes vegas productivas junto al río, flanqueadas por altas montañas con pastos de verano y, todo ello, salpicado de construcciones señoriales, palacios de indianos y casonas montañesas. En

su desembocadura el río forma un importante estuario, el Parque Natural de las Marismas de Santoña, Victoria y Joyel, que alberga a miles de aves durante el invierno, siendo el mayor humedal de todo el Cantábrico.

El paisaje es accidentado, tanto en su exterior como en su interior. En un primer golpe de vista, se imponen los grandes macizos calcáreos del alto Asón, pero si miramos en su interior, aún lo hacen más. En las entrañas de estas montañas, se esconden grandes sistemas subterráneos de cuevas y galerías, destacando entre otros el sistema Mortillano, la mayor cavidad de toda España.



Si algo marca el carácter de este lugar es su vegetación. Los prados verdes ocupan la mayor parte del territorio, fruto de la principal actividad agroalimentaria de la comarca, la producción de leche. La hierba que crece en brenas y camberas es de una altísima calidad y produce una excelente leche. En las zonas más altas conviven hayedos y encinares con zonas de pradera donde el ganado pasta en libertad en el verano.



Durante los últimos siglos la producción láctea era prácticamente el único oficio de la comarca, sin embargo en los últimos años el sector primario está diversificando su oferta. Junto a la vaca lechera pastan vacas de carne, cabras, ovejas, etc., y entre los prados aparecen huertas y plantaciones de frutos rojos. También la industria de la transformación se está implantando, convirtiendo todas esas materias primas en quesos o mermeladas que dan sabor a los productos de la comarca.

Se trata de una zona todavía por descubrir para el sector turístico, pero con gran potencialidad para el turismo rural, gastronómico, de aventura y ecológico. La infinidad de recursos disponibles nos presentan un abanico ilimitado de posibilidades, todo ello desde la calidad, la tradición y el desarrollo rural. La Comarca del Asón no deja a nadie indiferente.



Ampuero, Arredondo, Limpia, Ramales de la Victoria, Rasines, Ruesga y Soba son los municipios que forman esta comarca. Pueblos señoriales y de larga historia que guardan unas gentes afanasas en sus trabajos y con la calidad entres sus máximas.

MUJERES DE CANTABRIA

Cristina García Salas

Bustancilles, Soba
Albergue “La Peña”
609573845
huertareviru@gmail.com
Alojamiento y actividades

Montse Sainz Pascual

Casatablas de Soba
“Embutidos Artesanos de cerdo Casatablas”
942 639 060
casatablas@hotmail.es
Morcilla, chorizo, picadillo, lomo, costilla, panceta, salchichori, salchichón, tocino, etc.

Conchi Moreno Bautista

Esther Guerrero Mendoza
Regules, Soba
“Posada el Cuévano”
671742561
info@cuevano.es
Hospedaje y talleres de artesanía
(ganchillo, punto, repostería creativa...)

Verónica García Fuente

Quintana de Soba
“Finca Ecológica San Félix”
660 886 583 / 689 015 988
fincaeologica.sanfelix@hotmail.com
Verduras ,hortalizas, frutas y huevos de producción ecológica.

Rocio Maza Velarde

Bustancilles, Soba
“Panadería Galmapán”
942 677 375 / 665 800 009
galmapan@hotmail.com
Panes, dulces “las sobanucas”, magdalenas, croissants, donuts, quesadas, tortas preñadas, pizzas, roscos... al horno de leña

María Gómez Arredondo

La Revilla de Soba
Ganadería Sat Horneo
942 639 053/ 647 482 275
mariagomezarredondo@hotmail.com
Venta directa de carne vacuno frisón

Gema García Fuente

Saro, Villacarriedo
Quesería “La Sobanuca”
646 341 089 / 646 341 089
gemaygabry@hotmail.com
Quesos y derivados de leche de cabra

Eva Tordesillas Gómez

La Aparecida (Marrón)
Ampuero
“La mi huertuca”
635 109 390
torde.eva@gmail.com
Verduras, hortalizas y frutas ecológicas

Marisa Martínez Ruíz

La Gándara
Soba
Ganadería ecológica “Los Arrollones”
606401566
maria.ca.n@hotmail.com
Carne ecológica

Mayte García Vilches

Valcabá
Soba
Posada La Almadreña
942 677344/ 609471871
info@posadalaalmadreña.es
Alojamiento y rutas guiadas



Cristina García Salas

Bustancilles

Soba (Cantabria)

Albergue "La Peña"

609573845

huertareviru@gmail.com

Alojamiento y actividades

Nací en Madrid y me fui a vivir al campo buscando una alternativa a mi trabajo, y tranquilidad.

Compramos una casa en ruinas que rehabilitamos con ayuda de unos amigos y nuestras manos, para destinarla a personas que quieran disfrutar de estos parajes de Soba, ofreciéndoles alojamiento, comida y actividades variadas a un precio muy económico. También llevamos unos años produciendo miel de brezo y milflores muy rica y sana.

Tenemos huerto familiar para que nuestros huéspedes puedan disfrutar durante su estancia de todo tipo de hortalizas y verduras.



Conchi Moreno Bautista Esther Guerrero Mendoza

Regules

Soba (Cantabria)

"Posada el Cuévano"

671742561

info@cuevano.es

www.cuevano.es

Hospedaje y talleres de artesanía
(ganchillo, punto, repostería
creativa...)

Bienvenidos a la Posada el Cuévano, un proyecto personal de un par de mujeres, Conchi y Esther, que armadas de ilusión han cruzado la península para enamorarse de Regules de Soba, un pintoresco pueblo a orillas del río Gándara.

Nuestro proyecto, está basado en la gestión de un alojamiento rural en el que los huéspedes pueden participar activamente en nuestros talleres de artesanía, introduciéndose en el mundo del ganchillo y el punto, aprendiendo a confeccionar sus propios complementos de lana (gorros, bolsos, peluches, abrigos, etc). Y para los mas golosos ofrecemos nuestros talleres de repostería creativa (cupcakes, brownies, tartas de fondant, helados, etc) e intercambiando recetas tradicionales.

Visitándonos pasaréis una tarde agradable, dulce y participativa disfrutando de lo que mas nos gusta en una posada preciosa situada en un entorno inigualable como es el Valle de Soba.



Rocío Maza Velarde

Bustancilles

Soba (Cantabria)

"Panadería Galmapán"

942677375/665800009

galmapan@hotmail.com

Panes,dulces "las sobanucas",
magdalenas, croissants, donuts,
quesadas, tortas preñadas,
pizzas, roscos... al horno de leña.

Con raíces sobanas y tras vivir casi veinte años en Santander regresó al valle para montar una panadería como las de antes: con horno de leña.

Así en 2008 comenzó su andadura empresarial por la necesidad de dar un cambio al trabajo que hasta entonces desempeñaba el marido, pasando a montar un negocio "en la propia casa".

En la panadería los productos estrella son, por supuesto, los panes, tanto barras como hogazas, cocidos en horno de leña, aprovechando que es un recurso muy abundante en la zona. Por otro lado, se elaboran diversos dulces como las sobanucas, que son unas sabrosas magdalenas, croissant y donuts.

Además, por encargo, se preparan deliciosas quesadas, así como tortas preñadas al gusto (bacon, chorizo, morcilla, bonito...) Y pizzas que nada tienen que envidiar a las de Italia, todo ello utilizando en la medida de lo posible productos caseros.

Y para finalizar, el día de reyes es recomendable probar los roscón tanto de trufa, como nata y crema para endulzar un día muy dulce ya de por sí. El negocio es totalmente familiar puesto que trabajan tanto Rocío, como su marido y sus hijos.



Gema García Fuente

Saro

Villacarriedo

Quesería "La Sobanuca"

646341089/646341089

gemaygabry@hotmail.com

derivados de leche de cabra

Estamos en Saro, un municipio situado en el corazón de los valles pasiegos, a tan solo 5 km de Villacarriedo.

Tenemos una explotación de cabras de leche de raza murciano-granadinas y también unas pocas de raza alpina, en total unos 100 animales.

Toda la leche la transformamos en nuestra quesería. Hacemos queso fresco y queso madurado, ambos de leche pasteurizada.

Tenemos en mente también hacer yogures y algún queso de leche cruda.



Marisa Martínez Ruíz

La Gándara

Soba (Cantabria)

teléfono de contacto: 606401566

maria.ca.n@hotmail.com

Carne ecológica

*DE MI GANADERÍA A TU MESA,
SIN INTERMEDIARIOS*

Carne ecológica de primera calidad, totalmente garantizada, ya que los animales se alimentan en los mejores pastos ecológicos de la zona alta del Valle de Soba, libres de productos químicos y pesticidas. Debidamente certificada por el Organismo competente, como es el CRAE, en Cantabria.

La venta se lleva a cabo directamente al consumidor en mercados ecológicos semanales situados en varios puntos de la región, o a través de pedidos que nos encargamos de llevarle a su casa.

El producto se presenta envasado al vacío (en paquetes de ½ kg. aprox.) y también por medias canales y canales enteras.

En nuestra ganadería no sólo trabajamos en lo que nos gusta, también apostamos por cuidar el medio ambiente, la alimentación y la salud de los consumidores.



Montse Sainz Pascual

Casatablas
Soba (Cantabria)
" Embutidos Artesanos de cerdo
Casatablas"
942 639060
casatablas@hotmail.es
Morcilla, chorizo, picadillo, lomo,
costilla, panceta, salchichori,
salchichón, tocino, manos, orejas...

"Embutidos artesanos de cerdo Casatablas" se encuentra situada en Casatablas de Soba - Cantabria. Inauguramos el obrador en agosto del 2008 después de casi 4 años de burocracia administrativa, debido a que yo quería crear era una empresa pequeña y artesana en la que no tuviese que añadir conservantes al producto,

y Cantabria carecía de una legislación que permitiese ese proceso artesanal, con lo cual se tuvieron que copiar varios aspectos de la ley de Badajoz para poder llevar a cabo este proyecto. Mis productos se hacen siguiendo la tradición de la matanza de la zona, y en mi caso según me enseñó mi suegra que le contó su madre, etc...

La ganadería es propia, los cebo desde que son pequeños hasta que alcanzan un peso aproximado de 300 kilos. Del cerdo se aprovecha casi todo por lo que de ellos elaboro: morcillas, chorizos, picadillo, lomo, costilla, panceta, salchichori, salchichón, tocino, manos, orejas...

Desde aquí os invitamos a conocernos y degustar nuestros productos y también a conocer la zona que seguro os va a sorprender.



Verónica García Fuente

Quintana de Soba (Cantabria)
"Finca Ecológica San Félix"
660886583 / 689015988
fincaecologica.sanfelix@hotmail.com
Verdura, hortaliza, fruta y huevos
de producción ecológica.

Soy Verónica, natural del Valle de Soba, una agricultora que junto con Isaac y mis dos hijas, hemos desarrollado una manera sostenible de trabajar el campo con métodos tradicionales y respetando sus ciclos y su biodiversidad.

No utilizamos ningún tipo de productos químicos ni de síntesis, como tampoco herbicidas y pesticidas, ni siquiera los permitidos en la agricultura ecológica.

Llevamos desarrollando esta actividad desde hace 8 años, teniendo una superficie de 3 hectáreas dedicadas a frutales, huerta al aire libre, un pequeño invernadero y gallinas ecológicas.

Es una forma de vida muy dura pero a la vez muy gratificante, sabiendo que nuestros productos sanos y naturales es nuestra mejor recompensa a un trabajo diario que consigue alimentar a nuestra familia y a nuestros clientes y amigos con los mejores productos posibles.

Vendemos nuestros productos en mercados locales, en nuestra propia finca y mediante cestas. También realizamos visitas guiadas y actividades del campo donde los visitantes pueden participar activamente en las labores diarias (plantar, recoger verdura, sembrar...etc.)



María Gómez Arredondo

La Revilla de Soba

Soba (Cantabria)

Ganadería Sat Horneo

942 639053/ 647482275

mariagomezarredondo@hotmail.com

Venta directa de carne vacuno
frisón.

María ha trabajado en la actividad familiar de vacuno de leche casi toda su vida. Hace tiempo se dio cuenta de la dificultad que entrañaba este sector, con unos precios de venta muy bajos debido a la especulación del mercado.

Su afán por vivir en el campo le hizo buscar alternativas en su trabajo y hace 3 años probó a vender directamente carne de raza frisón, empujada por las peticiones de su entorno.

Tuvo una gran acogida, ya que esta carne es difícil de encontrar en venta directa, destacando por el especial sabor que le da la raza y la alimentación, compuesta en su mayoría por pastos naturales del Valle de Soba. Además, consigue un precio justo por su producción siendo éste asequible para las personas consumidoras, beneficiándose de esta manera su entorno social y natural.



Eva Tordesillas Gómez

La Aparecida (Marrón)
Ampuero (Cantabria)
"La mi huertuca"
635109390
torde.eva@gmail.com
Verduras, hortalizas y frutas
ecológicas.

La mi huertuca es un proyecto que nació hace cuatro años como un medio donde compartir dudas, saberes e inquietudes sobre la huerta a través de las redes sociales.

Desde el principio los trabajos en nuestra huerta han estado encaminados a las prácticas éticas, responsables y respetuosas con el medio ambiente. Además, hemos ido aprendiendo del saber popular, la agricultura tradicional y las prácticas más actuales. Con el tiempo el proyecto se ha ido perfilando

más y nuestro hobby se ha convertido en nuestra profesión. Por eso este año emprendimos en el sector agrario como productores de verduras, hortalizas y frutas ecológicas.

Trabajamos la tierra con la idea de mantener, generar y mejorar los recursos de nuestra huerta, permitiéndonos producir diversos cultivos durante todo el año, siendo éstos en su mayoría variedades locales que han perdurado a lo largo del tiempo en nuestra región.

Con todo esto conseguimos ofrecer los productos de nuestra tierra y de la mejor calidad, tanto en apariencia como en sabor. Todo ello fruto del cuidado y el esmero puesto en todo su proceso de producción, realizado de un modo responsable y siguiendo los principios de la agricultura ecológica y la producción local.



Mayte García Vilches

Valcaba

Soba (Cantabria)

Posada La Almadreña.

942 677 344 - 609 471 871

info@posadalaalmadreña.es

Alojamiento y rutas guiadas

Soy Mayte García, iniciadora e impulsora junto con mi familia y mi marido Fernando, de la Posada la Almadreña un nuevo proyecto en el Valle de Soba, dentro de un entorno rural e intentando volver a vivir y sentir el mundo rural y compartirlo y haciéndoles partícipes a todos nuestros clientes.

Este alojamiento turístico rural en el Valle de Soba va mas allá de un simple

alquiler de habitaciones o casa rural. Nuestra filosofía pasa por dar a conocer la zona, mediante rutas de pequeños recorridos asesorados por Naturea y la Red Cántabra rural, así como por la promoción de los productos ecológicos y típicos de la zona, elaborados por los artesanos de este Valle, siendo en general nuestro deseo el dar a conocer y fomentar la cultura cántabra.

El cambiar de vida de forma radical y sumergirte en este ambiente rural, participando en el día a día de todos nuestros vecinos y procurando respetar todo lo que nos encontramos alrededor y nos ofrece la Naturaleza es uno de los objetivos y retos a conseguir.

La Despensa Femenina



CERES
CONFEDERACIÓN DE MUJERES
DEL MUNDO RURAL



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL