



DIRECTORIO

de alimentación
ECOLÓGICA GALEGA



PRESENTACIÓN

Coa edición deste catálogo, Amigos da Terra quere achegar ás persoas interesadas en exercer un consumo consciente e responsable co medio ambiente, alternativas de consumo de alimentos frescos, ecolóxicos e de proximidade en toda Galicia.

O actual sistema de produción industrial de alimentos ten graves impactos sociais e ambientais que inciden dun xeito determinante nos procesos ecolóxicos esenciais da natureza e das persoas.

Amigos da Terra aposta pola agroecoloxía e a gandaría extensiva como ferramentas para mudar o sistema alimentario e facelo auténticamente sostible, poñer en valor o labor de pequenos labregos e labregas, fomentar unha produción de alimentos saudables para nós e para a terra, manter o noso rural, preservar a biodiversidade e coidar daquelo que nos sutenta a todos, a todas e a todo.



ALIMENTOS LOCAIS ECOLÓXICOS E DE TEMPADA

MÁIS SAUDABLES PARA TI E PARA O PLANETA.

Co seu consumo contribúes ao:

- **MELLORAR A TÚA SAÚDE.** Os alimentos frescos e que se atopan en plena tempada son máis saborosos e nutritivos pois desenvólvense no seu ciclo natural óptimo.
- **CONSERVAR O PLANETA E PRESERVAR A CALIDADE DA AUGA, DO SOLO E DO AIRE.** A alimentación ecolóxica e de proximidade supón unha redución das emisións de gases contaminantes asociados á produción e ao transporte de alimentos da agricultura industrial globalizada. A isto súmase a eliminación de pesticidas, agrotóxicos e produtos de síntese química empregados no cultivo intensivo.
- **APOSTAR POR UN MUNDO RURAL VIVO.** Apoiar á agricultura local é unha vía para manter e fixar emprego no rural, xerar economía local e incentivar a relación directa consumidor - produtor.
- **CONSERVAR A PAISAXE E MANTER A BIODIVERSIDADE LOCAL.**



QUE ATOPARÁS NESTA GUÍA?

Este catálogo recolle iniciativas e proxectos de produción e consumo de alimentos ecolóxicos e locais. Inclúe proxectos de venda de hortalizas e verduras, froitas, carnes e outros produtos derivados como marmeladas conservas, lácteos ou ovos.

Clasificados por provincias e por categorías, atoparás diferentes alternativas para exercer un consumo de proximidade. Comprando directamente a persoas produtoras, en pequenos comercios especializados ou participando en grupos de consumo auto-organizados, poderás mercar alimentos producidos de xeito respectuoso co medio ambiente e preto do teu fogar.

CATEGORÍAS:

1. PRODUTORES/AS DE VENDA DIRECTA: labregos/as e gandeiros/as ecolóxicos que realizan venda directa en mercados, a domicilio, en pequenas tendas ou cooperativas. Todos os proxectos incluídos na guía producen baixo criterios ecolóxicos, se ben non todos teñen o certificado do CRAEGA. Na guía atoparás unha lenda que indica quénes teñen certificado, quenes non, e quénes participan de sistemas participativos de garantía, como o SPG A Gavela.

2. TENDAS E PEQUENOS COMERCIOS LOCAIS ESPECIALIZADOS NA VENDA DE ALIMENTOS ECOLÓXICOS.

3. GRUPOS E COOPERATIVAS DE CONSUMO: agrupacións de persoas que se auto organizan para comprar regularmente e de xeito conxunto, alimentos ecolóxicos a produtores/as locais.



PRODUTORES/AS

VENDA DIRECTA



ICONAS IDENTIFICATIVAS

 vaca	 hortalizas		
 tenreira	 froitas	 zumes	
 galiña	 verduras	 cereais	
 galo / capón	 viño	 limóns	 cremas de tempada
 polo	 queixo	 castañas	 sales aromatizadas
 perdiz	 ovos	 noces	 estevia
 porco	 marmeladas	 avelás	 ortigas
 coello	 iogures	 améndoas	 infusións
 poldro	 leite	 conservas	 chocolate
 cabrito	 mel	 amorodos	 patés
 ovella	 patacas	 froitos silvestres	 apto para celíacos
 cabra	 pan	 fariña e picón de castaña	 apto para diabéticos



consello regulador
agricultura
ecolóxica de Galicia
CRAEGA



sistema
participativo de
garantía A Gavela



consello regulador
de mel de Galicia



XUNTA
DE GALICIA



OURENSE | Bedoia, nº5, 2ºD, 32004, Ourense. Tel. 988374318
VIGO | Velázquez Moreno, 9 - 2º 36201 Vigo | Tel. 986 229 089

info@amigosdaterra.net | www.amigosdaterra.net

A CORUÑA

PRODUTORES/AS VENDA DIRECTA

A HORTA DE ANA

Hortalizas e verduras



Carral

981670966 / 646490381

anitalado@yahoo.es

COLECTIVO XEBRE

(6 PRODUTORES/AS)

Hortalizas e verduras



Comarca de Bergantiños

609184788

colectivo@xebre.gal

FINCA BOUZÓN

Hortalizas, verduras e froita



Curtis | 696786872

hortaisabel@yahoo.es

HORTASÁN

Hortalizas, froitas e ovos



Vedra

981512491 / 650418099

casadocampo@tempocompartido.com

CASA DOS CASEIROS

Hortalizas e verduras



Ponteceso | 678936380

luciadocaseiro@hotmail.com

FRAGAIRA FROITOS SILVESTRES

Amorodos, froitos silvestres, deshidratados e marmeladas



Negreira | 699761644

fragaira@gmail.com

ARTEXANA MONDI

Estevia, ortigas, infusións e chocolates aptos para diabéticos e celíacos



Culleredo | 639258285

artexanamondi@gmail.com

artexanamondi

ACASTREXA

Marmeladas, mel, cremas de tempada, sales aromatizadas e zume de mazá e viño

Marca "Reserva de Biosfera de Mariñas Coruñesas e Terras do Mandeo", Marca "Reservas de Biosfera Españolas"



Cambre | 615615193

info@acastrexaxa.com

www.acastrexawixsite.com

Ma CARMEN PAZOS RABUÑAL

Hortalizas, verduras e froita



Rois | 630167138

carmensocastro@hotmail.com

A HORTA DE DUBRA

Hortalizas e verduras



Teo | 646413844

josedominguezdubra@gmail.com

A CORUÑA

PRODUTORES/AS VENDA DIRECTA

BIOCENTRO AMICOS

Hortalizas e verduras



Oleiros | 981865716
asociacion@amicos.org
administracion@amicos.org

JOSÉ ÁNGEL ARES PINTOR

Ovos



Sobrado | 676807505
avicolajobe@gmail.com
f avicola.jobee

BIOHORTA HORTA ECOLÓXICA DE GALICIA

Hortalizas e verduras



Valdoviño
669690212 / 981483312
agricolacuruxeira@gmail.com

CASA MILLO E LANDRAS

Hortalizas, verduras, froita, conservas caseiras, queixo e iogures de vaca e cabra, carnes de polo, porco, ovella, cabra e derivados das mesmas



Vilasantar
607543505 / 639432759
milloelandras@gmail.com
victorboga@gmail.com

CASA SAMPEDRO

Ovos e carne de galo



Brión | 679257417 /
659262226 / 981805333
casasampedro@granxafamiliar.com

LABRECOS

Hortalizas, verduras, carne de ovino e ovos



Cesuras | 620778845
labrecos@gmail.com

GRANXAS DE LOUSADA

Hortalizas, verduras, cereais e carne de polo, porco celta e vaca



Irixoa | 657103468
sboados@gmail.com

AGRO DO CRUCEIRO

Carne de porco e capón



Coristanco |
639630693 / 981713462
casacruceiro@granxafamiliar.com

QUINTA DA VACALOURA

Avicultura artesanal e ovella galega



Ferrol | 629835351
Quintadavacaloura@gmail.com

CASA DIEGUEZ

Queixos



Monterroso | 699444114
diqueixa@gmail.com

GRANXA ESCOLA DE BARREIROS

Hortalizas, verduras, froitas, ovos, patacas e animais vivos (ovino, aves de corral e porcos)



Sarria
982533656 / 698129000
granxadebarreiros@granxadebarreiros.com
www.granxadebarreiros.com

RIVEIRO ECOLÓXICOS

Hortalizas, verduras, patacas e trigo



Castro de Rei | 687108778
riveiroecologicos@gmail.com
www.riveiroecologicos.com

FINCA LAXE CULTIVOS ECOLÓXICOS

Cereais, froita e forraxes



Palas de Reis | 626835030
fincalaxe.cologico@gmail.com

MILHULLOA

Aromáticas e medicinais



Palas de Reis
646569126 / 620783682
milhulloa@hotmail.com
www.milhulloa.com

EMMELY FÖHRING

Verdura, froitas, marmeladas, zumes, infusións, medicinais, pan



Pantón
982162584 / 672650728
hortaisabel@yahoo.es

CAURELOR

Marmeladas, castañas, zumes, queixo fresco



Folgozo do Courel
675930164 / 615598075
info@caurelor.com
www.caurelor.com

Ma DEL MAR MASEDA IGLESIAS

Hortalizas, verduras



Valadouro | 982159871 / 617178853 / 607430289
agromaseda@gmx.es

FINCA AS FADEGAS

Hortalizas, verduras, froitas e tubérculos



Ribadeo | 628556029
asfadegastc@gmail.com

JUSTINO
FDEZ. ROLLE

Limón e lima



Valadouro | 617228628

ARQUEIXAL

Queixo, iogur e leite



Palas de Reis |
982380251 / 629176030
contacto@arqueixal.com
www.arqueixal.com
f arqueixal.ecoagroturismo

CARNICERÍA
CARBALLADA

Carne de vacún



Sarria
982 886 225 / 689 285 910

CASA AGUIAR

Tenreira



Chantada | 610284484
casaaguiar@granxafamiliar.com

CASA DO
CARRACEDOCarne de becerro criada de
xeito tradicional

Abadín | 676196243
casacarracedo@granxafamiliar.com

GRANXA
TEIXEIRO E
PISTÓNCarne de cabrito galego
criado manualmente

Lugo | 666727814
granxateixeiroepiston.wordpress.com

CACHENAS
DE SAN
BREIXO

Carne de cachena



Lugo | 600738154
info@cachenasdesanbreixo.com

COOPERATIVA
SAN CIDRECarne de tenreira, poldro e
porco

Abadín
982508135 / 676196243
sancidre@sancidre.es

PAZO DE
SABADELLECarne de tenreira,
cordeiros e capóns.

Chantada | 650343777
pazosabadelle@granxafamiliar.com

CABUXA
NATURCarne de cabrito raza
galega

Gutín | 620 547 143

OURENSE

PRODUTORES/AS VENDA DIRECTA

DAIQUÍ, S.C.G.

Hortalizas, verduras e froitas



Rairiz de Veiga | 988302171
pedidos@daiqui.com
www.daiqui.com

BARONCELI AGRICULTURA ORGÁNICA

Hortalizas, verduras, conservas, marmeladas, patés vexetais



Verín | 699897339
juanbaronceli@gmail.com

PECADO DE OUTONO

Castaña, avelás, noces e améndoas, castañas deshidratadas (pilonga), fariña e picón de castaña



Ríos | 659499570
pecadodeoutono@hotmail.es

MIEL VEIGA FLORIDA

Mel



A Rúa | 638303097
mielveigaflorida@gmail.com

MIMÁ

Hortalizas, verduras e mel



Allariz | 618119481
mimanopazo@gmail.com

A SAZÓN

Froitas e marmeladas



A Teixeira | 689317957
asazon1@yahoo.com

CASA ALBA

Ovos, carne de perdiz, galiña, coello, cabrito, galo, tenreira



A Veiga
988294688 / 689544280
casaalba@granxafamiliar.com

GANDEIROS OURENSE

Tenreira de leite



Ourense | 988247147

CASA DE PAZ

Hortalizas, verduras, froitas, castañas, noces, mel, ovos, embutidos de porco, e carne de galos



Lobios
669509414 / 626731420
casadepaz@granxafamiliar.com
puxedo33@hotmail.com

VERÍN BIOCOOP

Carne de vacún, tenreira, cabrito e leite



Verín | 988 412 549
sede@verinbiocoop.com

PONTEVEDRA

PRODUTORES/AS VENDA DIRECTA

NUTRE EN BIO S.COOP. GALEGA (4 PRODUTORES/AS)

Hortalizas, verduras e
froitas



Salvaterra do Miño
628 57 37 53 / 616 56 48 37
nutrenbio@gmail.com

ANTONIA PEREIRA

Hortalizas, verduras e
avelás



Salvaterra do Miño
686549978
a.pereira18@yahoo.es

HORTA DO VAL

Hortalizas, verduras, viño
aromáticas, froitas e cereais



Nigrán
628923411 / 664623853
hortadoval@gmail.com
hortadovalminor.blogspot.com

CASA PAJARO

Mel natural



Lalin | 662084529
melpajaro@hotmail.com

CASA MONTE PÍO

Viño



Ribadumia
981570698 / 618305006
p.martinez@bodegascasamontepio.com

EDUARDO IRAGO FDEZ.

Hortalizas, verduras



Vigo | 626246158
eirago@yahoo.com

HORTA DO CADAVAL

Hortalizas, verduras, pan e
conservas



Redondela | 699117128
hortadocadaval@yahoo.es

CESTA FRESCA

Hortalizas, verduras e
froitas



Salvaterra do Miño
676654965
tasio-k@hotmail.com

CASA CARBALLAL

Hortalizas e verduras



Vilanova de Arousa
630242998 / 646218266
marifeijoo1@hotmail.com

ISIDRO PELETEIRO GARCÍA

Carne de vaca de raza autóctona
alimentada con pasto



Cerdedo-Cotobade
616484006
eleanta@gmail.com



GRUPOS, COOPERATIVAS E ASOCIACIÓN DE CONSUMO

A CORUÑA

GRUPOS, COOPERATIVAS
E ASOCIACIONES DE CONSUMO

PANXEA SOC. COOP. GALEGA

Cooperativa de
consumo responsable


Santiago de Compostela

981937238

Hórreo 9-11 local 3
(galerías Plaza de Galicia)

panxeapan@gmail.com

www.panxea.org

 Panxea

ZOCAMINHOCA


Cooperativa de
consumo responsable

A Coruña | 698183847

Avda. da Concordia, 199

zocaminhoca@gmail.com

zocaminhoca.org

 groups/zocaminhoca

FONTE DA UZ

Grupo de consumo responsable

Ferrol | 629849377

Rúa Fontaiña, 55

fontedauzgc@gmail.com

fontedauz.wordpress.com

 fontedauz

OURENSE

GRUPOS, COOPERATIVAS
E ASOCIACIONES DE CONSUMO

SEMENTE

Grupo de consumo responsable

Ourense

Local da Asociación Cultural A Galleira

Hernán Cortés, 67

(esquina Praza de San Cosme)

semente@semente.info

www.semente.info

PONTEVEDRA

GRUPOS, COOPERATIVAS
E ASOCIACIONES DE CONSUMO

ALDEA COOPERATIVA

Cooperativa de consumo
responsable (con tenda propia)


Vigo

986161556 / 650125804

Sevilla, 10

aldea.cooperativa@gmail.com

aldeacooperativa.wordpress.com


 AldeaCooperativa

TARABELA

Grupo de consumo responsable

Lalín

grupodeconsumotarabela@gmail.com

 grupodeconsumoresponsable.tarabela

ECO_LÓXICO

Grupo de consumo responsable

Pontecaldelas

Baixo da Casa do Pobo de Cuñas

gc.ecoloxico.pc@gmail.com

CONSUMO CONSCIENTE ÁRBORE

Cooperativa de consumo
responsable (con tenda propia)

Vigo

986233497

López Mora, 30

info@arbore.org | www.arbore.org

CHULAS E BOCHOS

Grupo de consumo responsable

Cangas | 629 285 436


chulasebochos@gmail.com

ASOCIACIÓN O TOXO

Asociación de produtores/as
e consumidores/as

Gondomar

toxos.resistencia@gmail.com

 asoc.otoxo

AMARANTE SETEM

Asociación e grupo de consumo
(con tenda propia)

Pontevedra | 986848159

Santa Clara, 3

central@amarantesetem.org

amarantesetem.org

 amarantesetem

PAPORRUBIOS

Grupo de consumo responsable

Cangas

AAVV As Dunas

paporrubios@googlegroups.com

DES PENSA

Grupo de consumo responsable

Nigrán | 600606166

AAVV As Dunas

anxosai@gmail.com

A GRADICELA


Grupo de consumo responsable

Pontevedra | 661672400

Rúa Cruz Vermella 18

agradicela@agradicela.org

agradicelacoop.blogspot.com

 agradicela



TENDAS ECO

A CORUÑA

TENDAS ECO



SANTIAGO DE COMPOSTELA

COMARCA 54

Rua do Horreo, 98 - 15701

BIOCENTRO AS FRORES DO BEN

Rúa de Ramón Rodríguez Carracido, 8 - 15701

A CESTA DA SAÚDE

981 592 595

Rúa de Ramón Cabanillas, 10 - 15702

bio@acestadasaude.es

www.cestadasaude.es

EDULIS

Rua Santiago de Guayaquil nº10 - 15702

comercioxustoequisol@yahoo.es

EQUISOL COMERCIO XUSTO

981 938 724 | R/ Gómez Ulla, 4

Baixo e Praza de Abastos - 15702

HERBAS

981 577 484

Rúa dos Pitelos, 26 - baixo, 15702

atendadasherbas@gmail.com facebook:

herbasvegana

MERCADO ENTRE LUSCO E FUSCO

Parque de Belvís - Rúa das Trompas, 15703

<http://tiny.cc/facebookmer>

BIOCENTRO EIRA SL

981573971

Rúa nova, 5, 15705

A COLLEITA

Rúa de San Pedro, 15703,

TRISKEL

981 93 63 31

Rúa San Pedro, 30, 15703

D'ALDEA

981 59 85 04

Av. de Rosalía de Castro, 25, 15701

CARNICERÍA MENDEZ

Rúa do Home Santo, 43, 15703

www.carniceriamendez.es

ECO GALIZA

981 58 34 38

Mercado de Abastos de Santiago, nave 7, Local

223, Rúa das Amenas, 15704

www.ecogaliza.com

TERESA CANCELADA

Rúa da Acibechería, 19, 15704

COUSAS DA TERRA

680 94 75 15

Rúa de San Pedro, 37 Baixo, 15704

info@cousasdaterra.com

www.cousasdaterra.org

CORAZÓN DO LOTO

881 819 256

Angustia, 23 - 15703

corazondoloto@gmail.com

www.corazondoloto.com/tenda

GRANEL

981 937 940

Nova de Abaixo, 16 - 15701

santiago@granelslowshop.com

granel.cat/shop/granel-santiago/

O GRANEIRO DE AMELIA

Preguntoiro, 16, 15704

www.o-graneiro-de-amelia.com

A CORUÑA

TENDAS ECO

STGO DE COMPOSTELA

LEGUMIA

981 588 273

Algalia de Arriba, 42 - 15704

tendalegumia@gmail.com

facebook: legumiascg

O XARDÍN DOS SOÑOS

981 068 087

Casas Reais, 38 - 15704

xardinsonos@gmail.com

facebook: xardinsonos

SEIVA DE ABRIL

881 973 795

Concheiros, 24-26 - 15703

seivadeabril@yahoo.es

facebook: Seiva-de-Abril

A CORUÑA

A FACTORÍA VERDE

881 965 848

Wenceslao Fernández Flórez, 3 - 15005

info@afactoriaverde.com

www.afactoriaverde.com

ATAXENTAS

981 255 654

Alcalde Lens, 30 Bajo - 15010

ataxentas@gmail.com

ataxentas.blogspot.com

ECO BIO

881 252 131

Médico Rodríguez, 20 bajo - 15004

facebook: ecobiocoruna

TENDA DE COMERCIO XUSTO DE SOLIDARIEDADE INTERNACIONAL

San Andrés, 25 local 9 (Pasadizo San Andrés a Galera), 15003,

tenda.coruna@solidaridadgalicia.org

facebook: comercioxustosig

SENRA

Praza Lugo, 2, 15004

LA TIENDA DE GEMA

881 969 456 / 605 856 725

Juan Díaz Porlier 22 Bajo, 15009

tiendadegema@gmail.com

facebook: tiendadegema

O GRANEIRO DE AMELIA

Rúa Real, 7, 15003

www.othaneirodeamelia.com

TENDA DE COMERCIO XUSTO DE OXFAM INTERMÓN

981 207 925

C/ Estrecha De San Andrés, 12. 15003

ECOTIENDA NATURALIS FORUM

Rúa Orillamar, 76 - BJ, 15002

ÁLEX & LUCA

981 90 22 19

http://11870.com/pro/alex-luca

Rúa Panaderas, 59, 15001

SEARA ECOTENDA

981 90 20 61

searaecotenda@gmail.com

facebook: Seara-ecotenda

Rúa Orzán, 14, 15003

PURA VIDA ECOCENTRO

881 88 45 05

San Agustín, 28, 15001

facebook: Pura-Vida-Ecocentro

LA ALDEA BIOMARKET

981 97 61 65

Avd Finisterre 25, 15004

info@laaldeabiomarket.com

www.laaldeabiomarket.com

TENDA ECOLÓXICA EQUILIBRIO

881 89 87 88

Avenida dos Mallos, 7, 15007

www.tendaecoloxica.com

A CAMPIÑA

881 91 58 67

Avenida de Arteixo, 97, 15007

A CORUÑA

TENDAS ECO

A CORUÑA

PADELINO

981 20 75 84

Rúa Rosalía de Castro, 7, 15004

hola@pandelino.es

pandelino.es

LOS EMIGRANTES

981 23 82 82

Rúa de San Vicente, 44, 15007

SALUD SHOP HERBOLARIO & ECOTIENDA

981 25 79 30

Rúa Barcelona, 61, 15010

981 29 89 44

Rúa Alcalde Marchesi, 9, 15006

981 24 80 27

Av. dos Mallos, 33, 15007

saludshop.eu

A LANDRA

www.euroagora.com/a_landra_tenda_ecologica_pastor_diaz_3-523111.html

Rúa de Nicomedes Pastor Díaz, 3, 15006

HORTA+SÁ

981 28 50 21

26 Avenida Alcalde Pérez Arda, Baixo Izq., 15009

www.horta-maissa.es/es/

NARÓN

AGRO TENDA O TRECE

981 392 374 / 630 734 250

Aldea de Barreiros, 15596, Narón

martinezescudero@moviestar.es

ECOTENDA 78

881 12 26 75

Rúa de Venezuela, 78, 15404, Ferrol

info@ecotenda78.com

www.ecotenda78.com

BIOREONA S.L.

981 38 76 73

Rúa Santa Tecla, 25, 15570 Narón

www.bioreona.es

FERROL

MERLÍN

981 372 299

Rúa España, 14, 15403 Ferrol

herbomerlin@yahoo.es

www.herbolariomerlin.es

HERBORISTERÍA XIRICA

981 35 20 20

Rúa María, 84, 15401 Ferrol

facebook: Xirico-Herborister

MUNDO ALIMENTACIÓN

981 35 27 28

Rúa María, 135, 15401, Ferrol

www.mundoalimentacion.com

BETANZOS

CASA DO QUEIXO

981 19 57 29

Rúa Roldán, 1, 15300 Betanzos, A Coruña

casadoqueixo.betanzos@hotmail.es

www.casadoqueixo.com

LA BOTICA

981 771 414

Rúa Valdoncel, 5, 15319 Betanzos, A Coruña

CARBALLO

A CROA DO CASTRO

620 764 275

Rúa Gran Vía, 48, 15102 Carballo, A Coruña

croadocastroecotenda@gmail.com

facebook: Croa-do-Castro-Tenda-Ecolóxica

OZA-CESURES

LA CASA DE LA ALDEA

981 790 384 / 649 701 750

Lugar de Chouselas 3 (Parroquia de Carres),

15391, Oza-Cesuras

info@lacasadelaaldea.com

www.lacasadelaaldea.com

A CORUÑA

TENDAS ECO

SIGÜEIRO

FROITERÍA A HORTA

Rúa Xuncal, 9, 15888 Sigüeiro

SADA

A TENDA DE MARTA

881 94 11 77

Rúa Lugrís Freire, 3, 15160 Sada, A Coruña

facebook: La-Tienda-de-Marta

CALÉNDULA HERBORISTERÍA

981 62 25 62

Rúa Linares Rivas, 41, 15160 Sada, A Coruña

correo@calendula.gal

calendula.gal

ORDES

FRUTERÍA AGARIMO

626 004 249

Compostela, 12 baixo - 15680 - Ordes

info@fruteria-agarimo.com

www.facebook.com/fruteria.agarimo/

SANTA COMBA

A LANDRA TENDA DEGUSTACIÓN

Rúa Lugo, 22, 15840 Santa Comba

CARRAL

A TENDA DA FROITA

629 726 555

Pza. da Capela, 10 Baixo - 15175 - Carral

facebook: A-tenda-da-froita-carral-126

BERTAMIRÁNS

JAMONERÍA CHARCUTERÍA BERTAMIRÁNS

www.padronvirtual.com/charcuteriabertamirans.htm

Avenida da Maía, 56, 15220 Bertamirás

ALIMENTACIÓN A DE ROSA

Rúa 3 Cubeliño

ARZÚA

CASA DA IGLESIA

625 16 46 33

Lugar da igrexa, 1, 15819 Viñós, Arzúa

www.casadaiglesia.com

MUXÍA

FARMATURAL

981 74 21 20

Jose M^a del Rio n^o38, 15124 Muxía

www.farmatural.vpweb.es

MESÍA

CASA ZAPATEIRO

981 687 082

Empalme de Lanzá, s/n - 15685 - Mesía

CASA GRANDE DE XANCEDA

981 68 70 07

Lugar Casa Grande de Xanceda, s/n, 15685 Mesía

www.casagrandexanceda.com

CORRUBEDO

BENBOA

981 865 128

Travesía Torreiro 1, 15969 Corrubedo

info@benboa.com

www.benboa.com

AS PONTES

AGROALIMENTARIA DO EUME

981 784 495

Capela 21, 15.320, As Pontes

pedidos@agroalimentariadoeume.org

www.doeume.com

OURENSE

TENDAS ECO

OURENSE

EU CONSUMO RESPONSABLE

988 219 849 - euconsumoresponsable@gmail.com
Sto. Domingo, 41 (Gal. Viacambre Loc. 5) -
32003 facebook: Eu-Consumo-Responsable

OURENSE BIO

988 604 914 - ourensebio@hotmail.com
San Rosendo, 9 Baixo - 32001 - Ourense
facebook: Ourense-Bio

OIBIO

988 619 952 - oibioourense@gmail.com
Dr. Fleming, 55 Baixo 1 - 32003 - Ourense
www.oibio.es

A COVA NATURAL

988 606 744 - acovanatural@gmail.com
Ramón Cabanillas, 4 Baixo - 32004 Ourense

BIOCOUTO

988 617 345
Ervedelo, 45 Baixo - 32002 Ourense
facebook: biocoutointegral

O CESTO VERDE

988 10 66 25
Coruña, 2 Baixo - 32005 Ourense
facebook: ocesto.verde

PURO BIO

988 603 773 / 644 282 132
purobio@purobio.es
Bernardo González Cachamuíña, 28 Baixo - 32004

O CABECEIRO

988 604 991 - oultramarinos@gmail.com
Pena Corneira, 8 Baixo A - 32005 Ourense
www.ocabaceiro.com

TENDA DE COMERCIO XUSTO DE SOLIDARIEDADE INTERNACIONAL

988 04 40 59
Bailén, 4 Baixo - 32005 Ourense
facebook: comercioxustosigou

O GRANEIRO DE AMELIA

Rua da paz, 7, 32005, Ourense
www.ograneirodeamelia.com

TODO BIO

988 251 257 - info@todobio.com
Dr. Fleming, 7 Baixo - 32003 Ourense
www.todobio.com

XINZO DE LIMIA

ITACA

617 122 397
Otero Pedrayo, 4 - 32630 Xinzo de Limia
facebook: itaca4xinzo

VERÍN

ASUBÍO

615 343 879 - asubiotenda@yahoo.es
Maior, 31 Baixo - 32600 Verín
www.asubiotenda.com

BARBADÁS

EL UNIVERSO DE AWEN

988 609 270 / 604 022 109
info@eluniversodeawen.com
Avda. Celanova, 84 B, 32890 A Valenza - Barbadás
www.eluniversodeawen.com

O PEREIRO DE AGUIAR

ECOECO

988 259 550 - info@centroeco.es
Castadón, 23 - 32710 - O Pereiro de Aguiar
www.centroeco.es

O BARCO

O COLMADO

988 685 534 - colmadobarco@outlook.es
Parque do Malecón, 32300 O Barco

SAN CIBRAO DAS VIÑAS

POSADA MARRÓN GLACÉ

988230545 - hello@posadamg.com
Calle 6, 1, 32901 San Cibrao das Viñas, Ourense
posadamg.com

LUGO

TENDAS ECO



LUGO

A DESPENSA DO AVÓ FRANCISCO

982 817 305 / 657 308 070
Rúa Mallorca, 2, 27297 Lugo
info@adespensadoavofrancisco.com
www.adespensadoavofrancisco.com

A PIPA DA LÚA

982 813 963 - apipadalua@gmail.com
Ronda das Fontiñas, 75 Bajo - 27002 - Lugo
www.apipadalua.com

MEL FLOR

Rúa do Camiño Real, 43, 27004 Lugo

A TENDA DE FINA

660 767 296
Praza de Bretaña, 22, 27002 Lugo
facebook: Tenda-Fina

ECOESPAZO VITRIOL

982 886 616 / 604 004 112
ecoespazovitriol@gmail.com
Rúa San Pedro, 22, 27001, Lugo
facebook: EcoEspazoVitriol

O GRANEIRO DE AMELIA

www.ograneirodeamelia.com

BICO DE GRAO

982 807 935 - bicodegrao@gmail.com
Ronda das Fontiñas, 226 Baixo - 27002 - Lugo
www.bicodegrao.com

ECOXANTAR

982 811 711 / 647 682 189
ecoxantar@gmail.com
Avda. Vila Verde, 27 Bajo - 27002 - Lugo
facebook: Ecoxantar/

ECO CANTINA

982 87 26 12
Calle San Roque 34, 27002 Lugo
facebook: Laecocantina

A COVA DO RAPOSO

982 27 98 56
Rúa das Noreas, 12, 27001 Lugo

MONFORTE DE LEMOS

ECOCENTRO NATUREZA

Avenida de Galicia, 52, 27400 Monforte de Lemos

PONTEVEDRA

TENDAS ECO



PORTONOVO

ORGANICS PRODUCTOS ECOLÓXICOS

685 34 91 82

Carr. de la Lanzada, 36970 Sanxenxo

facebook: organics16

VILAGARCÍA DE AROUSA

LA BOLA DE CRISTAL

986 501 906 -

biocentrolaboladecristal@gmail.com

García Caamaño, 21 (Pº Río do Con) - 36600 -

Vilagarcía de Arousa

facebook: Biocentro-La-Bola-de-Cristal

O GRANEIRO DE AMELIA

Conde Vallellano, 11, 36600, Vilagarcía de Arousa

www.ograneirodeamelia.com

CALDAS DE REIS

A DESPENSA DE SUSANA

646 137 330

susanarosillocampaa@hotmail.es

Real, 61 (Pza. de Abastos) Pto.3 - 36650

Caldas de Reis

facebook: A-despensa-de-Susana

MOURENTE

A TENDA DA GATA

986 101 225 / 661 473 557

info@atendadagata.com

Lugar Igrexa, 23 - MOURENTE - 36164

www.atendadagata.com

PONTEVEDRA

AMARANTE-SETEM PARA O ECODESENVOLVEMENTO

986848159 - central@amarantesetem.org

R/ Santa Clara nº 35, 36002, Pontevedra

facebook: amarantesetem

amarantesetem.org

A CALIDADE

Rúa Arzobispo Malvar, 9, 36002 Pontevedra

SUPERMERCADO DIEGO LORES

986 852 228

Rúa Real, 27 - 36002 - Pontevedra

ECOSABOR

664 794 561

facebook: tendaecosabor

Pasantería, 9 Bajo Dcha. - 36002 - Pontevedra

LA COSECHA

Plaza Barcelos, 27, 36002 Pontevedra

HERBORISTERIA BARDANA

986 863 206 - bardana@mundo-r.com

Cruz Gallástegui, 15 Bajo - 36001 - Pontevedra

facebook: Herboristeria-Bardana

MUNDO VERDE

886 212 075 - mundoverdepontevedra@gmail.com

Poeta Uxío Novoneyra, 2 Loc. 8 - 36004 -

Pontevedra

www.mundoverdepontevedra.com

FROITERÍA EL VERGEL

986 860 608 - info@fruteriaelvergel.es

Poeta Uxío Novoneyra, 6 - 36003 - Pontevedra

www.fruteriaelvergel.es

PONTEVEDRA

TENDAS ECO

PONTEVEDRA

SEMI DI LINO

986 84 45 65

Rúa da Estrada, 16, 36004 Pontevedra

LA TIENDA DE DIANA

633019747 / 986326155 - sinaditivosltd@gmx.es

Domaio, 36957, Pontevedra

www.eh-bonita.es

TENDA DE COMERCIO XUSTO DE SOLIDARIEDADE INTERNACIONAL

986 855 964

tenda.pontevedra@solidaridadgalicia.org

Galerías da Oliva, local 4, 36001, Pontevedra

ECOCABANA

986 103 155 - lauralopez@ecocabana.es

Antón Fraguas, 11 - 36004 - Pontevedra

www.ecocabana.es

O GRANEIRO DE AMELIA

Loureiro Crespo, Bajo 6-8, Pontevedra e

Rúa Marqués de Riestra, 30, Pontevedra

www.ograneirodeamelia.com

BAIONA

HERBOLARIO HIERBABUENA

886 112 792 - hierbabuenabayona@hotmail.com

Rúa Marqués de Quintanar, 18, 36300 Baiona

facebook: hierbabuenabaiona

CANGAS

SHAMBALÁ

986 392 048

Ferrol, 1 - 36940 - Cangas

facebook: Shambala-Herboristería-Tienda-Ecológica

PANDARÁN

986 303 610 - ecoloxa@outlook.com

Avda. de Bueu, 19 - 36940 - Cangas

www.pandaran.es

MANXARICO

986 307 026 - manxaricomaxarico@yahoo.es

Avda. de Ourense, 3 - 36940 - Cangas

www.manxarico.com

MOAÑA

TANDY MOAÑA

Av. José Costa Alonso, 28, 36950 Moaña

LOS CAPRICHOS DE MOFFY

986 60 44 21

Rúa Porta Pia, 9, 36700, Tui

facebook: Los-Caprichos-De-Moffy

NIGRÁN

HORTA FRESCA TENDA ECOLÓXICA

986 352 675 - ecotenda@hortafresca.eu

Rúa Damas Apostólicas, 13, 36370 Nigrán

facebook: HortaFresca/

ASANTE SANA

986 380 066 - asante_sana_nigran@yahoo.es

Vilameán, 2 - 36350 - Nigrán

facebook: asantesananigran

GONDOMAR

MADRE TIERRA

986 389 143 - madretierra1999@yahoo.es

Manuel Alonso, 15 - 36380 - Gondomar

herbolariogondomar.com

VIGO

BIODEGA

986 136 205 - labiodega@gmail.com

Calle Coruña, 26, 36208 Vigo

facebook: labiodega

QUESUM

986 415 315 - ventas@quesum.es

Avda. Camelias, 121 Bajo - 36211 - Vigo

www.quesum.es

LA DESPENSA DE CLARA

986 134 598 - info@ladespensadeclara.com

facebook: ladespensadeclara

Regueiro, 10 Bajo - 36011 - Vigo

REDECOBUY

630 032 987 - info@redecobuy.com

Rúa de Nicaragua, 28, 36203 Vigo

PONTEVEDRA

TENDAS ECO

VIGO

CONSUMO CONSCIENTE ÁRBORE

986 233 497 - info@arbore.org
R/ López Mora, 30 baixo, Vigo
www.arbore.org

GREENGRANEL

986 091 800 / 664 679 010
info@greengranel.com
C/ Aragón 13, 36205 Vigo
greengranel.com

ABC DE BIO

986 117 303 - info@abcdebio.es
Padre Don Rua, 2 - 36203 - Vigo
www.abcdebio.es

VERDEMENTA HERBOLARIO

986 377 575 - info@verdementaherbolario.com
Cataluña, 7 - 36202 - Vigo
www.herbolarioverdementa.com/

ALACENA GALEGA

886 113 976 - alacena@alacenagalega.com
Rúa de Urzáiz, 85, 36204 Vigo
www.alacenagalega.com

BIO OASIS

886 13 75 37
Rúa María de Berdiales, 17, 36203 Vigo
facebook: Biooasis

A HORTA DE ABELEIRA

986 11 74 79
Rúa Abeleira Menéndez, 13-15, 36202 Vigo
facebook: A-Horta-de-Abeleira

NEVERA VERDE

986 120 120 - contacto@neveraverde.com
Serafín Avendaño, 13 - 36203 - Vigo
www.neveraverde.com

MIRABEL

986 43 93 41
Av García Barbón, 117, 36201 Vigo
www.mirabeleco.com

GROSELLA'S

986 371 878 - pedidos@grosella.es
Andalucía, 14 Bajo - 36205 - Vigo
facebook: GrosellaVigo

KASTAMI'S

604 006 788 - kastamis@kastamis.com
Marqués de Valladares, 19 Bajo - 36201 - Vigo
facebook: kastamis

ECOTERRA

986 918 405 / 620 434 962
tiendaecoterra@gmail.com
Avda. Ramón Nieto, 499 - 36205 - Vigo
facebook: tiendaecoterra

ALDEA COOPERATIVA

986161556 / 650125804
aldea.cooperativa@gmail.com
R/ Rúa Sevilla 10, Vigo
facebook: AldeaCooperativa
aldeacooperativa.wordpress.com

LA TIENDA DE PAZ

986 436 336
Canceleiro, 11 - 36201 - Vigo
facebook: Latiendadepaz1

TERRAE ORGÁNICA

986 11 55 50 - terraeorganica@gmail.com
Venezuela, 76 - 36204 - Vigo
www.terraeorganica.com

URBANIC

886 123 658 - info@urbanicshop.com
Rda. de Don Bosco, 22 - 36202 - Vigo
facebook: urbanicshopvigo

VERDE BIOLETA

986 493 617
Pizarro, 81 Bajo - 36204 - Vigo
www.verdebioleta.com

MISO TIENDA SANA

886 122 310 - info@misotiendasana.es
Rúa Zamora, 110, 36211 Vigo
www.misotiendasana.es

TENDA DE COMERCIO XUSTO DE OXFAM INTERMÓN

986 227 743
c/ Triunfo nº 4. 36202, Vigo

O GRANEIRO DE AMELIA

Rúa Urzáiz, 25, 36201, Vigo
www.o-graneirodeamelia.com

PONTEVEDRA

TENDAS ECO

SOUTOMAIOR

A TENDA DO AVÓ

677 380 060/986 220 275

atendadoavo@gmail.com

Avda. José Solla, 45 (Mercado de Abastos) Pto. 9

- ARCADE - 36690 - Soutomaior

www.atendadoavo.es

REDONDELA

ANAQUEL

986 400 802- anaquelredondela@gmail.com

Rúa Pai Crespo, 46, 36800 Redondela

facebook: anaquel.productosgourmet

PONTEAREAS

PONTE BIO

986 182 125 / 603 602 050

pontebio@hotmail.com

Pza. Argentina, 5 - 36860 - Pontearreas

pontebio.es

SALCEDA DE CASELAS

A TABERTENDA

986 134 269 / 630 628 893

Pontevedra, 2 Bajo - 36470 - Salceda de Caselas

facebook: atabertenda



PRODUTOS

DE TEMPADA

CALENDARIO

FROITAS

CALENDARIO



ameixa

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



amorodo

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



avelás

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



caqui

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



cereixa

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



figo

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



kiwi

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



laranxa

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



limón

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



mazá

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



melón

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



níspero

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



noces

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



pera

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



péxego

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



sandía

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



uva

inicio e remate tempada

plena tempada

VERDURAS

CALENDARIO



acelga

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



achicoria

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



cabacino



allo

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



cabaza



allo porro

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



cebola



allo tenro

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



cebola tenra



apio

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



cenoura



berexena

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



chicharo



beterraba
(remolacha)

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



cogombro



brécol

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



col bruselas

inicio e remate tempada

plena tempada

VERDURAS

CALENDARIO



col lombarda

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



couve-flor

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



escarola

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



espinafre

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



espinafre alta

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



faba loba

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



feixón

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



garvanzo

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



leitunga

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



lentella

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



nabos

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



pataca

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



pemento

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



rabanito

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



repolo

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



tomate

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



tirabeque

xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
xul	ago	set	out	nov	dec



xudía

inicio e remate tempada

plena tempada



Esta obra publícase baixo licenza Creative Commons 4.0
Atribución-Non Comercial-Non Derivadas 4.0 (CC BY-NC-ND 4.0) (ver <https://creativecommons.org/licenses/>)