



*Desfrutar
Portugal*
GOLDENBOOK
EDIÇÃO ESPECIAL 2020



Manteigas



Covão d'Ametade (verão); Vale Glaciar do Zêzere (verão)



Covão da Ponte



Cântaro Magro

MANTEIGAS, VALE POR NATUREZA

Manteigas insere-se no coração do Parque Natural da Serra da Estrela, com paisagens deslumbrantes e recantos por descobrir. No inverno, a neve cobre de branco as montanhas e pelos vales corre a água pura do degelo. Na primavera, a cor e o perfume das plantas adornam as encostas. No verão, o ar fresco e as águas cristalinas dos rios e lagoas oferecem mergulhos revitalizantes. No outono, as cores douradas emprestam outro colorido a uma paisagem avassaladora.

Amplo espaço natural e de paisagens únicas, onde pontifica, pelo seu carácter exclusivo, o Vale de origem Glaciar do Rio Zêzere, finalista da categoria «Grandes Relevos», da iniciativa «? Maravilhas Naturais de Portugal», que levou à criação do Centro Interpretativo do Vale Glaciar do Zêzere: <http://www.civglaz-manteigas.pt/>.

Venha conhecer os caminhos tradicionais percorridos pelos pastores e pelas populações serranas, revitalize a cultura e os costumes antigos da região, visite os locais esquecidos. A rede de trilhos verdes permite descobrir 200km de sensações únicas e enriquecedoras.

Encontre o guia completo dos percursos em: <http://manteigastrilhosverdes.com/>. Está ainda disponível uma aplicação gratuita destinada à orientação e interpretação de cada um dos trilhos.

Os praticantes de BTT, trail e parapente encontram em Manteigas condições únicas para a prática da modalidade da sua eleição.

A biodiversidade e os inúmeros geossítios em presença sustentam o Geopark Mundial da UNESCO - Estrela Geopark.

Para além dos locais de interesse natural, deve calçar as ruas estreitas que caracterizam o património edificado da Vila de Manteigas e das aldeias de Sameiro e de Vale de Amoreira, assim como experienciar os costumes e saberes das gentes locais.

À mesa, para qualquer refeição, não deixe de degustar os nossos sabores tradicionais: os enchidos, a feijoca de Manteigas, a truta, a chanfana e o cabrito. Para uma sobremesa, delicie-se com o arroz doce, requeijão com doce de abóbora, e ainda o bolo de crista, os bolos de leite, as cavacas, os esquecidos e os pastéis de feijoca. O pão centeio ou a broa de milho complementam a mesa.

Manteigas, terra hospitaleira, é hoje um destino dotado de um significativo número de unidades hoteleiras de elevada qualidade, pronto a acolhê-lo/a em condições de conforto e tranquilidade. Esperamos por si!

cm-manteigas.pt
visitmanteigas.pt
manteigastrilhosverdes.com

