



lonely planet

LO MEJOR DE

EXTREMADURA

EXPERIENCIAS Y LUGARES AUTÉNTICOS

geoPlaneta 

lonely  planet

EXTREMADURA

EXPERIENCIAS Y LUGARES AUTÉNTICOS

Edición escrita, documentada
y fotografiada por

Igor Gonzalo Sanz





Bienvenidos a Extremadura

Millón y medio de hectáreas adehesadas conforman esta tierra de historia viva, bellos pueblos y desbordante naturaleza. Extremadura se extiende desde las sierras de Gata y Gredos, al norte, hasta Sierra Morena, al sur, cercada por Castilla y León, Castilla-La Mancha y Portugal, y de todas ha heredado cultura, gastronomía y tradiciones.

Pueblos primitivos, tribus africanas, comerciantes bereberes, árabes, romanos, judíos y cristianos labraron Extremadura y sus capitales lucen dólmenes prehistóricos, teatros romanos, fortalezas almohades, lujosos palacios y solemnes monasterios. Pero esta no es una comunidad de populosas ciudades sino de privilegiados paraísos en pequeñas poblaciones, riberas, valles, gargantas, montañas y dehesas.

Dos grandes ríos, el Tajo y el Guadiana, y otros de importante caudal, forman parte de este ecosistema de agua y vida. En Monfragüe viven el 75% de las especies en peligro de extinción de la Península Ibérica y cada estación llena la comunidad de color y sabor. En primavera, la floración viste al valle del Jerte con un inmenso manto blanco. En verano, gargantas y arroyos se convierten en piscinas naturales. El otoño llena la despensa de setas y bosques como el castañar de O' Soitu o el Geoparque Villuercas-Ibores-Jara, y el invierno blanquea los bancales y las cimas de Gata y Gredos.

La naturaleza ha dispuesto un banquete a base de productos de gran calidad: los cerdos ibéricos se alimentan de bellota durante la montanera, ovejas y cabras pastan en extensas dehesas, la Vera cosecha el pimentón con más caché, millares de olivares destilan aceite de oliva virgen extra y el vino de las vegas del Guadiana (D. O.) acompaña sus quesos, jamones, mieles y potajes.

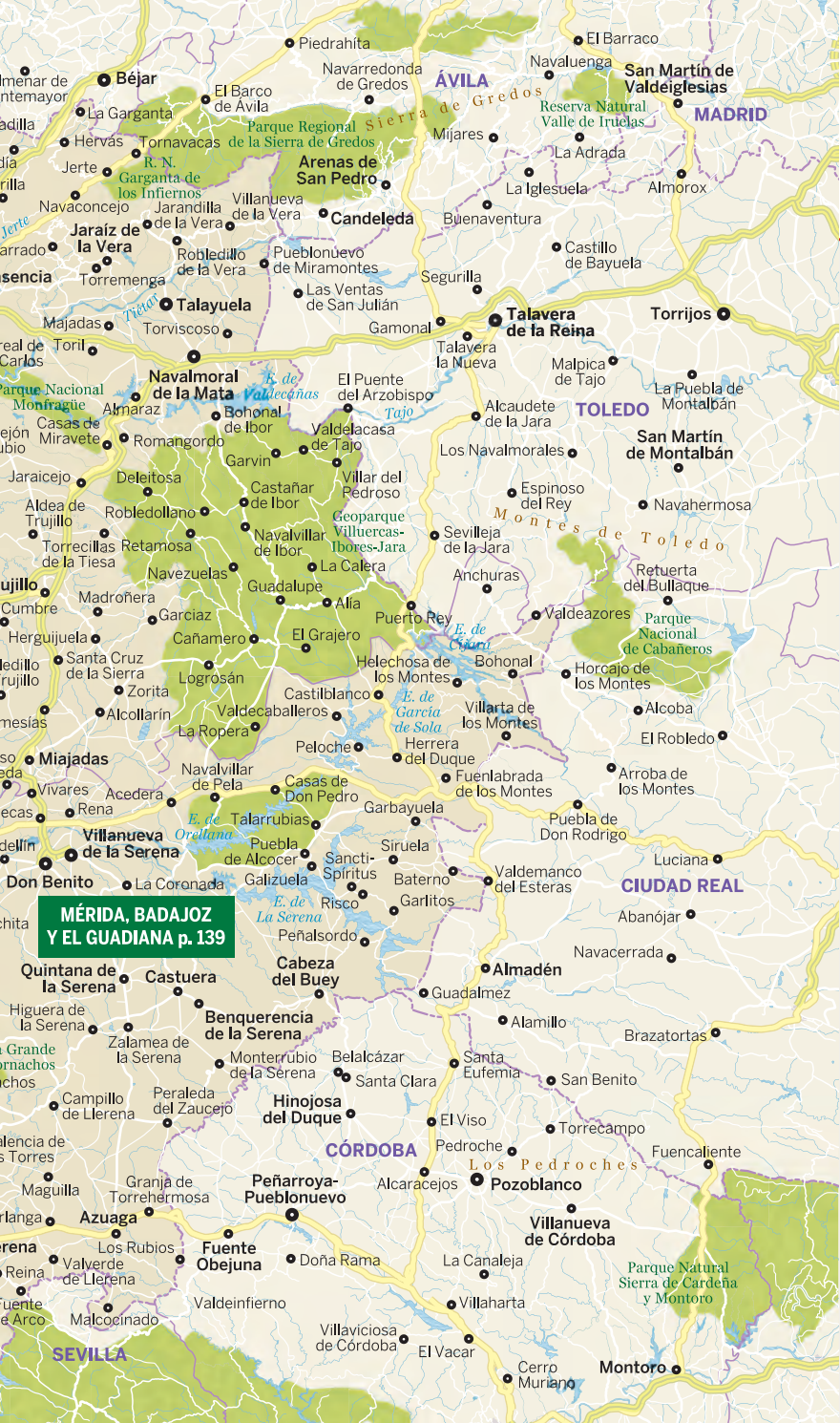
“ La mayor dehesa de España
y la historia de antiguas
civilizaciones envuelven
al viajero en todo momento ”



**SIERRAS Y VALLES
DEL NORTE p. 39**

**EL TAJO Y LAS CAPITALES
CACEREÑAS p. 77**

**FRONTERA
SUR p. 193**



**MÉRIDA, BADAJOZ
Y EL GUADIANA p. 139**

Sumario

Puesta a punto

Las mejores experiencias.....	4
Lo esencial	18
En busca de.....	20
Vida local.....	22
Mes a mes	24
Para inspirarse.....	29
Itinerarios.....	30
Viajar en familia ..	36

Sierras y valles del norte... 39

Meandro del Melero .	42
Circuito en automóvil: Los grandes valles del norte	44
Ruta a pie: El último viaje de Carlos V.....	46
Sierra de Gata	48
Las Hurdes	51
Cáparra.....	57
Valle del Ambroz	60
Valle del Jerte	65
La Vera	71

El Tajo y las capitales cacereñas..... 77

Salto del Gitano.....	80
Circuito en automóvil: Grandes ciudades monumentales.....	82
Ruta a pie: Vía Verde de Monfragüe	84
Valle del Alagón	86
Tajo Internacional y sierra de San Pedro	90
Tierras de Cáceres y Los Barruecos	97
Sierra de Montánchez-Tamuja	108
Trujillo	111
Villuercas-Ibores-Jara	115
Campo Arañuelo	123
Monfragüe.....	127
Plasencia	131



Almazara de Oleosetin, Marchagaz.



Mérida, Badajoz y el Guadiana....139

Parque Natural de Cornalvo 142

Circuito en automóvil: Ruta por los embalses 144

Ruta a pie: Sierra de Alor y Llanos de Olivenza 146

Los Baldíos de Alburquerque148

Siberia y Cijara 151

La Serena156

Vegas Altas del Guadiana 160

Tierra de Mérida y Vegas Bajas del Guadiana..... 167

Tierra de Badajoz.....178

Llanos de Olivenza y Alqueva185

Frontera sur..... 193

Cuevas de Fuentes de León..... 196

Circuito en automóvil: Los pueblos blancos 198

Ruta a pie: Ruta del Rey Jayón.....200

Sierra Suroeste202

Tentudía.....206

Campaña Sur 211

Sierra Grande y Tierra de Barros217

Zafra y alrededores.....221

Vía de la Plata.. 230

De cerca 233

Extremadura hoy 234

Historia 236

Cultura y tradiciones..... 241

Gastronomía245

Entorno natural .. 250

Actividades al aire libre 254

Guía práctica 258

Datos prácticos A-Z259

Transporte268

Índice 275

Símbolos y leyendas de los mapas 281

COVID-19

Hemos revisado los contenidos de este libro antes de su publicación para asegurarnos de su vigencia tras el brote de la COVID-19 del 2020. Sin embargo, algunos establecimientos podrían cerrar temporalmente o alterar sus horarios y precios. Otros, lamentablemente, pueden haber cerrado de forma permanente. Recomendamos a los viajeros que se informen antes para obtener información actualizada y siempre consulten las últimas recomendaciones de viaje del gobierno.

Puesta a punto

Las mejores experiencias

→ Berrea en Monfragüe (p. 131)

Con las primeras lluvias del otoño, Monfragüe acoge el cortejo más sonoro de cuantos suceden en Extremadura. Los ciervos se dejan ver más de lo habitual y algunos machos braman hasta caer exhaustos. Hay empresas, como Ecoturismo Monfragüe, en Jaraicejo, que disponen de fincas privadas perfectas para la observación de este animal.



1 Naturaleza salvaje

Extremadura rodea al viajero de naturaleza en estado puro haciéndole sentir participe de un safari constante. La berrea del ciervo, la observación de las aves que habitan Monfragüe, sus espectaculares cielos estrellados, los estrechos cañones y los agrestes desfiladeros son la parte más imponente de un entorno en el que reina la eterna dehesa extremeña.



← Los Pilones (p. 67)

La garganta de los Infiernos oculta un lugar magnífico tras una corta senda entre frondosa masa boscosa. El río Jerte se abre camino y, en los Pilones, ha formado una sucesión de pozas que han cincelado las rocas con su fuerza y con la maestría de un artista, hasta transformar el lugar en un remanso idílico.



Naturaleza sobrecogedora

- ▶ Salto del Gitano (p. 80)
- ▶ Puerto Peña (p. 153)
- ▶ Los Canchos de Ramiro (p. 87)
- ▶ Cuevas de Fuentes de León (p. 196)

↓ Dehesas de Jerez (p. 202)

Extremadura es dehesa. No se puede escapar de ella y hay pocos rincones en los que desaparezca de la vista, pero hay un lugar, entre Jerez de los Caballeros y Alconchel, donde es la absoluta protagonista, especialmente durante la montanera del cerdo ibérico de bellota.



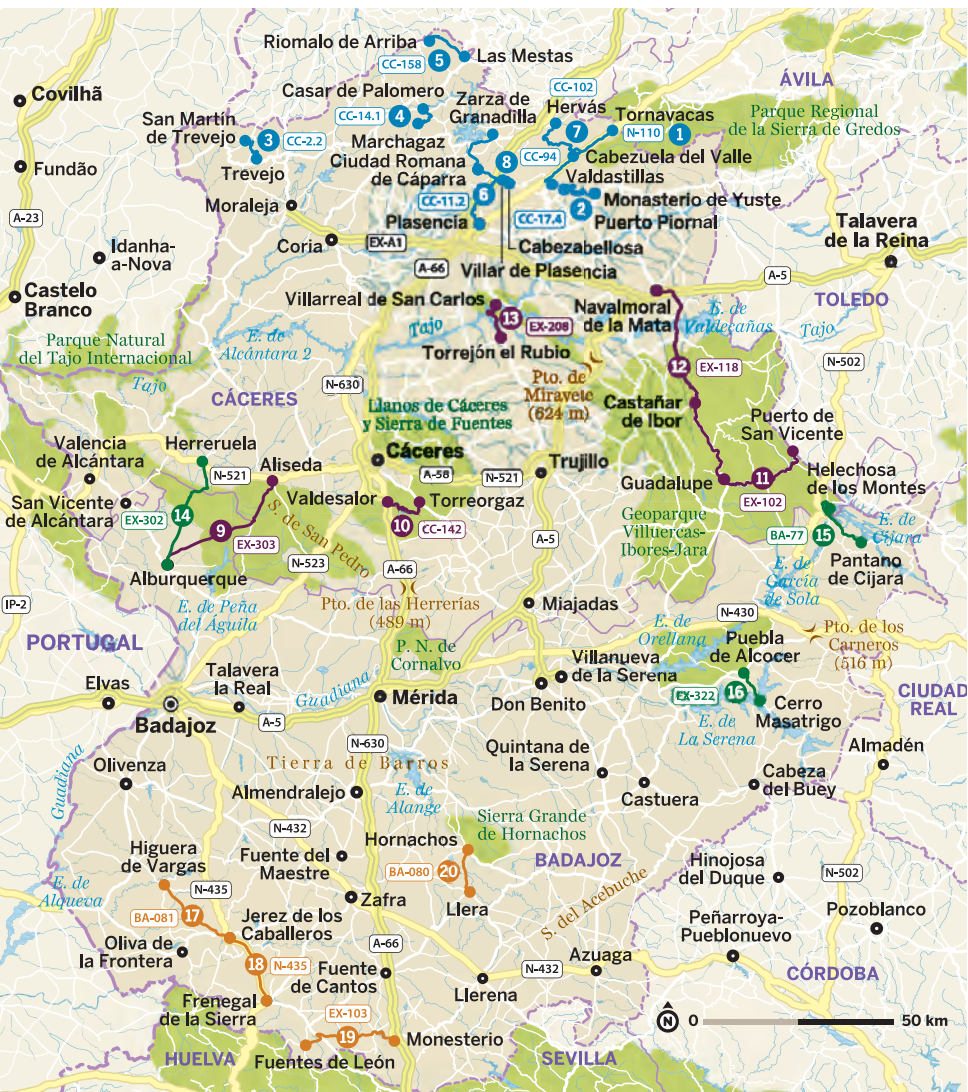
↑ Geoparque Villuercas-Ibores-Jara (p. 117)

Quizá supone el paisaje más rompedor de toda la región y también el más olvidado. La joya de la corona de los paisajes de montaña agreste en esta comunidad reúne, en un único Geoparque de la Unesco, los Ibores, la Jara y la zona de Villuercas, donde gastronomía, naturaleza y patrimonio cultural se funden suavemente.

2

Carreteras inolvidables

Atravesada por la Vía de la Plata y cubierta por una gigantesca dehesa que abarca casi la totalidad de su extensión, Extremadura goza de drásticos cambios en su paisaje. La fauna y el ganado son dueños de un entorno natural con decenas de carreteras secundarias ideales para recorrer sin prisa.





➔ 1 N-110 / TORNAVACAS-VALDASTILLAS (P. 69)

En primavera, el valle del Jerte se llena de bancales blancos donde los cerezos son los protagonistas. Desde el impresionante mirador de Tornavacas hasta el entorno de Valdastillas, la N-110 es la arteria que sigue al glido Jerte.



➔ 6 CC-11.2 / ZARZA DE GRANADILLA-CÁPARRA-PLASENCIA (P. 58)

Siguiendo un camino entre dehesas la CC-11.2 nos lleva a través de un recorrido poblado de ovejas que campan, cigüeñas y grullas.



➔ 12 EX-118 / GUADALUPE-CASTAÑAR DE IBOR-NAVALMORAL DE LA MATA (P. 118)

La formación del Geoparque Villuercas-Ibores-Jara invita a detenerse una y otra vez si se sigue la EX-118 dejando Guadalupe en dirección a Castañar de Ibor y Navalmoral de la Mata.



Al volante

➔ 2 CC-17.4 / Puerto del Pional-monasterio de Yuste (p. 71)

➔ 3 CC-2.2 / San Martín de Trevejo-Trevejo (p. 48)

➔ 4 CC-14.1 / Casar de Palomero-Marchagaz (p. 54)

➔ 5 CC-158 / Riomalo de Arriba-Las Mestas (p. 53)

➔ 7 CC-102 / Hervás-Cabezuela del Valle (p. 62)

➔ 8 CC-94 / Villar de Plasencia-Cabezabellosa (p. 65)

➔ 9 EX-303 / Aliseda-Alburquerque (p. 94)

➔ 10 CC-142 / Torreorgaz-Valdesalor (p. 103)

➔ 11 EX-102 / Puerto de San Vicente-Guadalupe (p. 117)

➔ 13 EX-208 / Torrejón el Rubio-Villarreal de San Carlos (p. 127)

➔ 14 EX-302 / Alburquerque-Herreruela (p. 149)

➔ 15 BA-77 / Helechosa-pantano de Cijara (p. 152)

➔ 16 EX-322 / Puebla de Alcocer-cerro Masatrigo (p. 156)

➔ 17 BA-081 / Higuera de Vargas-Jerez de los Caballeros (p. 202)

➔ 18 N-435 / Jerez de los Caballeros-Fregenal de la Sierra (p. 202)

➔ 19 EX-103 / Fuentes de León-Monesterio (p. 207)

➔ 20 BA-080 / Yera-Hornachos (p. 218)

3 Fortalezas inexpugnables

Alzadas en lo alto de cimas y colinas, vigilantes de una historia de luchas, países y religiones enfrentados, sus fortalezas han resistido el paso del tiempo. Extremadura está plagada de auténticos castillos templarios y otros almohades a los que es imposible resistirse. Intramuros de algunas de las mayores alcazabas, las vistas se extienden hasta el horizonte más lejano.



↑ **Medellín (p. 162)**

Con todo su perímetro conservado, el castillo de Medellín se eleva sobre lo más alto del pueblo. Goza de unas privilegiadas vistas que alcanzan toda la comarca de las Vegas Altas del Guadiana. Desde el otro lado del río, al atardecer, la silueta de la fortaleza adquiere aún más grandeza.



➔ **Trujillo (p. 111)**

Calle arriba, el empedrado pavimento de este pueblo de conquistadores conduce sin remedio hasta su magna fortaleza. Rodear la altísima muralla, atravesar las puertas del recinto fortificado o descender hasta su aljibe son parte de la experiencia histórica que ofrece Trujillo.



Traspassar las murallas

- ▶ Belvís de Monroy (p. 125)
- ▶ Badajoz (p. 179)
- ▶ Montánchez (p. 109)
- ▶ Alconchel (p. 186)
- ▶ Puebla de Alcocer (p. 153)

◀ Alburquerque (p. 148)

El castillo de Luna probablemente sea una de las fortalezas mejor conservadas de toda Extremadura; mantiene íntegra su estructura defensiva y se alza poderoso en un lugar de frecuentes nieblas. Cuenta con cuatro recintos escalonados, dos torres conectadas por un puente levadizo y un pasado bélico de vital importancia en esta zona rayana.



↓ Mérida (p. 167)

Al borde de la ciudad, a orillas del Guadiana y con unas vistas al puente romano inmejorables, su alcazaba árabe es un lugar sobrecogedor frente a la calzada romana de la Vía de la Plata. Descender a su aljibe es como realizar un viaje en el tiempo.



4

Civilizaciones pasadas

Extremadura es Roma en esencia pura. Grandes capitales, villas y ciudades de la antigua provincia de Lusitania plagan el subsuelo de toda la comunidad. Pero Extremadura es mucho más: preciosas juderías, ciudades palaciegas, barrios árabes, grandes alcazabas, pinturas rupestres y sepulcros prehistóricos salpican un recorrido por el legado de sus anteriores civilizaciones.



↑ Mérida (p. 167)

Dicen que todos los caminos llevan a Roma. En Extremadura, ese viaje a la capital del Imperio conduce directamente a Mérida. Su patrimonio romano es abrumador y conforma otra ciudad en sí misma, una urbe latente que sale a la vista con fuerza y esplendor en cada rincón.

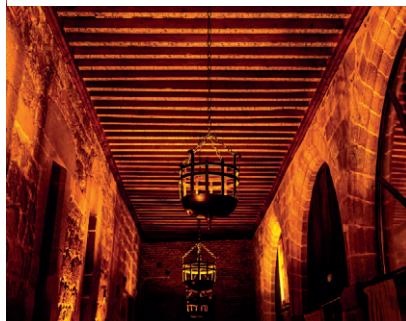


Un pasado lleno de herencias

- ▶ Dólmenes de Valencia de Alcántara (p. 90)
- ▶ Casar de Palomero (p. 54)
- ▶ Zafra (p. 223)
- ▶ Termas romanas de Baños de Montemayor (p. 61)
- ▶ Teatro romano de Regina (p. 213)
- ▶ Ruinas de la ciudad romana de Cáparra (p. 58)

↓ Plasencia (p. 131)

Aún pueden verse las huellas de su judería, entre la puerta de Trujillo y la Berrozana. Plasencia cuenta con dos catedrales unidas como hermanas siamesas, un recinto fortificado, acueductos, bodegas del s. XVIII, palacios y un Parador de Turismo que despierta admiración.



← Cáceres (p. 99)

Caminar sin rumbo por esta cinematográfica ciudad, cruzar su recinto amurallado y concatenar los barrios de sus tres religiones supone una auténtica expedición al pasado. Romanos, almohades, judíos y cristianos dejaron un legado en ella que se completa con importantes palacios, fruto de la conquista de América.

→ Trujillo (p. 111)

No hay ciudad en España que presuma más de aquellos que fueron a América cruzando el charco. Nombrados conquistadores y descubridores e idolatrados casi como dioses, personajes como Pizarro regresaron cargados de tesoros y convirtieron lugares como Trujillo en grandiosas urbes palaciegas.



5 Miradores de lujo

Asomarse a balcones que miran al vacío, otear el horizonte desde antiguas fortalezas o respirar aire puro desde recónditos monasterios es posible en Extremadura. A estos miradores privilegiados se unen salas de museos que se abren a la naturaleza más cinematográfica y a fronteras que dominan valles en flor.



↑ Monasterio de Tentudía (p. 207)

Pocos momentos hay tan mágicos como la salida del sol. Y, aunque no son escasos los lugares para verlo en Extremadura, hacerlo desde el monasterio de Tentudía es insuperable. La sierra se tiñe de oro, las ovejas pastan tranquilas y solo el canto de los pájaros madrugadores interrumpe el sepulcral silencio del lugar.



Desde lo más alto

- ▶ Tornavacas (p. 66)
- ▶ Cabezabellosa (p. 60)
- ▶ Museo Vostell Malpartida (p. 103)
- ▶ Estrecho de la Peña Amarilla (p. 118)
- ▶ Mirador del Gasco (p. 52)



↑ Mirador de la Memoria (p. 68)

La obra escultórica de Francisco Cedenilla da nombre a un mirador que, a poca distancia de El Torno por la CC-51, otorga el protagonismo absoluto al valle del Jerte. Con el puerto de Tornavacas a mano izquierda y el embalse de Plasencia a la derecha, el atardecer aquí es sencillamente perfecto.

← Castillo de Azuaga (p. 214)

La Campiña Sur se extiende como una larga alfombra verde a los pies de este pueblo, habitado originalmente por la tribu africana de Al-Zuwaga. Los restos de su alcazaba árabe apenas han logrado mantenerse en pie, pero constituyen el rincón ideal para iniciar un nuevo día de ruta por el sur de Extremadura.



← Magacela (p. 158)

Su castillo ya es visible desde Don Benito. Tomar el primer desvío a la entrada del pueblo y rodear la fortificación hasta lo más alto regala una panorámica de La Serena inolvidable, más aún al amanecer. Aquí el paisaje se vuelve infinito y las nieblas componen una bucólica postal.

↓ Monfragüe (p. 127)

El Parque Nacional de Monfragüe acoge a miles de especies de aves, mamíferos, invertebrados, vegetales y hongos, muchas de ellas amenazadas. Pero existe un río que da de beber a todas: el Tajo; y una serie de lugares para observarlo: Peñafalcón, el Salto del Gitano y el castillo de Monfragüe.



6

Siguiendo a sus ríos

Extremadura presume de ser la comunidad con mayor cantidad de agua dulce de España. Sus dos grandes ríos, el Tajo y el Guadiana, atraviesan parques naturales, reservas de la biosfera y hasta sirven de frontera. Pese a estar embalsados en innumerables puntos de su recorrido, son el hábitat de cientos de aves migratorias y el respiro a una tierra de sofocantes veranos.

→ Alcántara (p. 93)

Un gigantesco y estilizado puente sobrepasa el Tajo, a más de 60 m de altura sobre el caudaloso río, para dar paso a la villa de Alcántara. Desde lo alto del mirador de las Monjas Comendadoras (en el casco urbano), la panorámica se antoja irrepetible.



← La Serena (p. 156)

Ubicada en una de las zonas de mayor concentración de embalses de toda Extremadura, la comarca de La Serena muestra su magnitud en torno al cerro Masatrigo, uno de los secretos mejor guardados de toda la comunidad.



← Los Mármol (p. 124)

El templo romano de los Mármol fue reubicado al borde del embalse de Valdecañas y ahora la ciudad que fuera Augustóbriga es testigo de atardeceres en los que el cielo se tiñe de un rosa chicle y el Tajo se vuelve rojo intenso. Al frente, Castilla y León y la sierra de Gredos.



Agua y más agua

- ▶ Meandro del Melero (p. 42)
- ▶ Granadilla (p. 57)
- ▶ Tajo Internacional (p. 90)
- ▶ Embalse de García Sola (p. 153)
- ▶ Embalse de Cijara (p. 151)
- ▶ Embalse de Alange (p. 217)

→ **Jerez de los Caballeros (p. 202)**

La Sierra Suroeste se asoma a Andalucía y esta se refleja en las fachadas de sus casas. Una de las mejores vistas del municipio la ofrece la N-435 de camino a Fregenal de la Sierra pero, tras esta postal, lo mejor es pasear hilando plazas, calles empedradas y lindas iglesias de tintes barrocos y mudéjares.



7 Pueblos encantadores

Pueblos blancos, antiguas juderías, ciudades fortificadas y poblaciones almohades salpican con su idiosincrasia la comunidad entera, aunque con mayor gracia en el sur. Su historia pasada, las civilizaciones que los habitaron, la belleza de sus fachadas, la forja de sus balcones y el entorno natural que los rodea hacen de estos municipios rincones donde perderse.



← Hervás (p. 62)

Aparcar el coche fuera de su casco antiguo es esencial para disfrutar a pie del camino que conduce hasta su barrio judío. El río hace de frontera, pero, si se cruza por el puente de la judería, ofrece una de las mejores vistas del pueblo y las montañas que lo rodean.

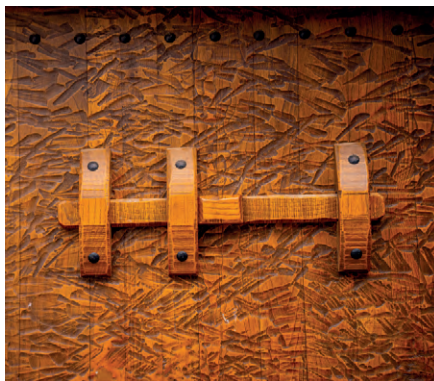


Para callejear sin rumbo

- ▶ Azuaga (p. 214)
- ▶ Feria (p. 222)
- ▶ Coria (p. 86)
- ▶ Robledillo de Gata (p. 49)

→ Olivenza (p. 185)

Sus inmaculadas viviendas orillan calles empedradas que recuerdan a la capital lisboeta, abundando en el pasado portugués de esta villa, a un paso de la actual frontera. Los murales de azulejos del hospital, el foso de su recinto amurallado, las antiguas caballerizas y un postre propio, el Técula Mécula, distinguen aún más a Olivenza.



← San Martín de Trevejo (p. 48)

Atraído por el mayor castañar de Extremadura (O'Soitu), el viajero descubrirá en San Martín de Trevejo un pueblo con lengua propia (la fala), que aún se habla y hasta aparece en las placas de sus calles. Sus empedrados suelos, las preciosas puertas de madera y el privilegio de vivir en plena sierra de Gata lo convierten en uno de los pueblos más bonitos de España.

Puesta a punto

Lo esencial



Cuándo ir



Temporada alta (jul y ago)

- Días largos y muy calurosos. Los destinos de agua y las zonas más populares se llenan de turistas.
- Fiestas populares, festivales y conciertos.
- Precios de alojamiento elevados y se recomienda reservar en los restaurantes.

Temporada media (abr-jun y sep-oct)

- Afluencia de turismo en primavera y otoño por la floración y la berrea.
- Clima cálido, más agradable que el estival para hacer senderismo.
- Los precios del alojamiento, salvo en momentos puntuales, descienden ligeramente.

Temporada baja (nov-mar)

- Se reducen las horas de luz, anochece temprano y hay nieblas habituales y ocasionales lluvias.
- Descienden las temperaturas aunque no excesivamente, salvo en zonas concretas.
- Menor oferta hotelera, muchos restaurantes cierran y los precios no bajan drásticamente ante la falta de oferta.
- Poca saturación, pero el invierno no garantiza el ahorro.

Moneda

Euro (€)

Idioma

Español

Visado

Los ciudadanos de la UE no lo necesitan. El resto de los viajeros no suele necesitarlo para estancias turísticas de un máximo de 90 días.

Dinero

Las ciudades y la mayor parte de los pueblos importantes cuentan con oficinas bancarias y cajeros automáticos. Casi todos los hoteles, restaurantes y comercios aceptan el pago en efectivo o con tarjeta bancaria.

Teléfonos móviles

Las bandas de frecuencia más usadas son GSM 900/1800. Los ciudadanos europeos disfrutan de *roaming*.

Hora local

Hora central europea (GMT/UTC + 1).

Presupuesto diario

Económico: menos de 60 €

- Albergues, *campings* y hostales: 12-45 €.
- Plato combinado o compra de alimentos: 8 €.
- Senderismo por libre y rutas urbanas autoguiadas: 0 €.

Medio: 60-150 €

- Hostales sencillos y rurales: 45-60 €.
- Menú en restaurante sencillo: 11-15 €.
- Entradas sueltas a monumentos: 1-3 €.

Alto: más de 150 €

- Alojamiento en hoteles de lujo, hospederías o Paradores Nacionales: desde 60 €.
- Bonos de entradas turísticas: 12-25 €.
- Observación de la naturaleza, deportes acuáticos: 35-150 €.

Webs útiles

Lonely Planet (www.lonelyplanet.es) Información, reservas de hoteles, foro de viajeros, etc.

Turismo de Extremadura (www.turismoextremadura.com) Propuestas de senderismo, turismo temático, observación astronómica y guías urbanas.

Turismo Cáceres (www.turismocaceres.org). Para descubrir la provincia de Cáceres.

Extremadura Buenas Noches (www.extremadurabuenasnoches.com) Información sobre observatorios celestes y actividades astronómicas.

Extremadura BTT (www.extremadurabt.com) Planos y datos prácticos para recorrer las comarcas en bicicleta.

Turismo valle del Jerte (www.turismovalledeljerte.com) Para seguir, casi en directo, el momento clave de la floración más internacional.

Birding Extremadura (www.birdinginextremadura.com) Cuadernillos, claves y eventos de la ornitología con mapas prácticos.

Redex (www.redex.org) Numerosas publicaciones digitales para planificar un viaje por el campo extremeño.

Horario comercial

Variable según la temporada y el tamaño del municipio.

Bancos 8.30-14.00 lu-vi, aunque suele ser necesaria cita previa.

Bares 8.00-0.30 lu-do

Cafeterías 8.00-23.00 (abren antes y cierran más tarde en las ciudades)

Oficinas de correos 8.30-20.30 lu-vi

Restaurantes 13.30-15.30 y 20.00-23.00 lu-do

Tiendas y comercio de barrio 10.00-14.00 y 17.00-20.00 lu-vi y 10.00-14.00 sa

Supermercados 9.00-21.00 lu-sa (algunos hasta 22.00)

Cómo llegar

Aeropuerto de Badajoz Es el único de Extremadura y tiene vuelos directos a Madrid y Barcelona.

Autobús La compañía Alsa llega a las principales poblaciones, aunque también hay conexiones con otras compañías.

Tren Renfe conecta con las principales ciudades extremeñas desde Madrid, Andalucía y Castilla y León.

Cómo desplazarse

Extremadura carece de un servicio de transporte que alcance con eficacia las poblaciones más atractivas, por lo que el mejor medio de recorrer diferentes zonas es el vehículo propio o uno de alquiler.

Tren En algunas ocasiones llega donde no lo hacen las líneas regulares de autobús.

Automóvil Hay buenas carreteras, aunque la mayor parte de las vías son secundarias, lo que permite gozar de trayectos menos rápidos pero más placenteros.

Autobús Existen muchas empresas de transporte regional por carretera, aunque con numerosos vacíos y poca frecuencia. Además, los horarios y rutas cambian constantemente. Las principales ciudades son tan reducidas que no es necesario el transporte urbano para recorrerlas.

Para más información sobre **cómo desplazarse**, véase p. 270.



Puesta a punto

En busca de...



Gastronomía

Leche de oveja de calidad, grandes extensiones de olivares, valles fértiles y una dehesa eterna hacen de Extremadura un lugar de rica gastronomía.

Sierras y valles del norte

Quesos de Granadilla, pimentón de la Vera y cerezas del Jerte se concentran al abrigo de Gata y Gredos.

Valle del Jerte

La floración inunda sus pueblos de color (p. 69).

El Tajo y las capitales cacereñas

El río Tajo es testigo de los quesos de Casar e Ibores, la cocina rayana y la morcilla de Guadalupe.

Casar de Cáceres

Su galardonado queso tiene hasta un museo (p. 106).

Frontera sur

Es donde un cerdo goza de mayores distinciones, junto con aceite AOVE, vino y cava de Almendralejo.

Dehesas de Jerez

El cerdo ibérico se alimenta durante la montanera (p. 205).



Relax y salud

De norte a sur, Extremadura goza de piscinas naturales, playas fluviales y termas (algunas romanas) donde relajarse y aprovechar sus propiedades curativas.

Sierras y valles del norte

Entre Gata, el Jerte y Gredos, el valle del Ambroz posee termas romanas y barrios judíos.

Baños de Montemayor

Su balneario y sus termas invitan a relajarse (p. 61).

Mérida, Badajoz y el Guadiana

Al este de Extremadura se concentran sus mayores reservas de agua dulce, playas y piscinas naturales.

Siberia y Cíjara

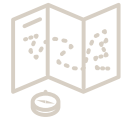
Visitar los embalses de Cíjara, García Sola y Orellana (p. 144).

Frontera sur

Al sur, las termas de Alange, declaradas Patrimonio Mundial, y los lodos del balneario de El Raposo.

Tierra de Barros

Alange ofrece salud, bienestar e historia desde el s. III. (p. 219).



Naturaleza

No hace falta buscarla; la naturaleza envuelve al visitante en todo momento con la mitad de su territorio adehesado, entre sierras, valles y embalses.



Sierras y valles del norte

Meandro del Melero, garganta de los Infiernos y castañar de O' Soitu descubren un mundo acuático y boscoso.

Meandro El Melero

Espectacular paraje de frontera en Riomalo de Abajo (p. 42).

El Tajo y las capitales cacereñas

Siguiendo el curso del Tajo, Los Barruecos, el P. N. de Monfragüe y el Geoparque Villuercas-Ibores-Jara.

Villuercas-Ibores-Jara

Drástico cambio de paisaje (p. 115).

Frontera sur

La dehesa más reconocida de Extremadura, con cielos estrellados, cuevas, sierras y campos de cultivo.

Observación astronómica

Fuentes de León, uno de los mejores miradores (p. 207).

Historia viva

Habitada por árabes, tribus africanas, romanos, judíos y cristianos por su valor estratégico, el pasado de Extremadura se remonta a la Prehistoria.



El Tajo y las capitales cacereñas

La judería de Plasencia, el pasado de Cáceres y Trujillo y las peregrinaciones a Guadalupe se miran en el Tajo.

Trujillo

Se viaja en el tiempo paseando por sus calles (p. 111).

Mérida, Badajoz y el Guadiana

La alcazaba de Badajoz se asoma al Guadiana mientras Mérida desaparece entre su patrimonio romano.

Augusta Emerita

Villas, templos y teatros; no existe Mérida sino Roma (p. 167).

Frontera sur

Castillos, iglesias barrocas y mudéjares y alcazabas hablan de rutas comerciales y civilizaciones antiguas.

Safar

Zafra fue un legendario núcleo de comercio (p. 223).

Puesta a punto

Vida local



Actividades

Tanto si se busca naturaleza como si se prefiere historia y cultura, no hay comarca que decepcione. Gracias a sus oscuros cielos y baja contaminación lumínica, Extremadura es un destino perfecto para la observación de estrellas y posee numerosos miradores celestes y empresas que organizan actividades astronómicas. La naturaleza es uno de los platos fuertes, especialmente en la provincia de Cáceres, donde hay numerosas opciones para observación de fauna y senderismo. Con su gran cantidad de embalses, caudalosos ríos y piscinas naturales, los deportes acuáticos y el turismo activo cuentan con infinidad de propuestas, como los minicruceros por el Tajo y los paseos en canoa. Quienes busquen cultura y arte disfrutarán con los recorridos teatralizados y las visitas a ciudades como Mérida, Cáceres, Badajoz y Plasencia, y a poblaciones más pequeñas pero con mucho encanto e historia, como Alburquerque, Feria, Zafra, Coria, Olivenza, Alcántara,

Robledillo de Gata y Trujillo. El teatro y las fiestas populares llenan el verano de representaciones clásicas, ritos ancestrales y mercados medievales.

De compras

La gastronomía local permite evitar las grandes superficies a la hora de comprar. Cada región cuenta con sus propias denominaciones de origen y, dada la amplitud de sus dehesas, el ganado goza de buenos pastos. Los quesos de oveja y cabra, el jamón ibérico de bellota, el aceite de sus almazaras familiares, el tradicional vino de pitarra o la miel de los Ibores, Monfragüe y las Hurdes conforman un abanico inmenso donde los dulces monacales, el pimentón de la Vera (ahumado con maderas nobles), las olivas de Almendralejo, la cereza del Jerte y el Técula Mécula de Olivenza no quedan atrás.