



Sobre Turismo y muchos otros temas interesantes

Año XI – N° 124 – Agosto de 2025

PARA ENAMORARSE DEL VERANO

*Agosto despliega todo
su irresistible encanto*



Francia

Diez buenas
propuestas para
visitar este verano...
o en cualquier otro
momento...

Seis regiones,
tres ciudades
y Mónaco

Toda su cultura,
sostenibilidad y su
gastronomía como
protagonistas

Texto / Enrique Sancho /

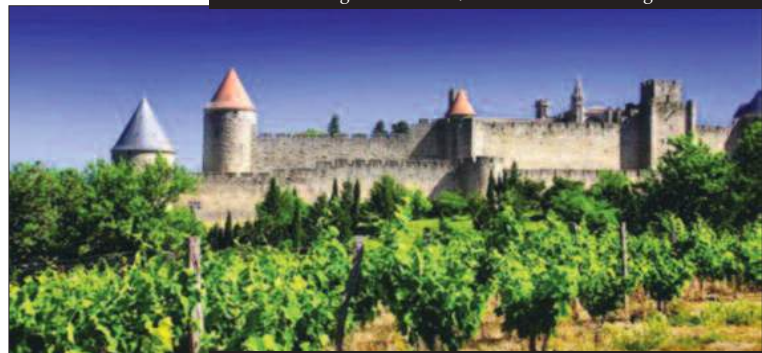
Fotos / Regiones de Francia /



Castillo de Chenonceau, Valle del Loira. Foto: Léonard de Serres



Regneville-sur-Mer, Normandía. Foto: Le blog Cash Pistache



La hermosa ciudad medieval de Carcassonne, Occitania



Museo del Océano y vistas del Mediterráneo. Mónaco

Sobran los motivos para visitar Francia en cualquier momento. De hecho es el destino exterior favorito de los españoles año tras año. En 2024 fueron 7,6 millones los españoles que eligieron Francia para sus viajes al exterior, a cambio casi 13 millones de franceses vinieron a España. No hay que explicar las razones para elegir Francia para una



Louberon, naturaleza y saber vivir de La Provenza.

escapada o unas vacaciones. Sus animadas ciudades llenas de monumentos y museos, sus variados paisajes desde el mar a la montaña, sus gentes siempre acogedoras y... naturalmente su rica gastronomía son tentaciones suficientes.

En las páginas siguientes se mencionan algunas de las regiones y ciudades que más empeño ponen en seducir

a los viajeros españoles y que acuden cada año al encuentro Mediatour que organiza Atout France en varias ciudades españolas. Todas ellas apuestan por la sostenibilidad, concepto imprescindible y de moda en el turismo, la cultura y, por supuesto, la gastronomía. Desde ya le avisamos, hay mucho donde elegir...

>>>

>>>



Inconfundible color y vida de La Provenza.

Aix-en-Provence

Tras los pasos de Cézanne

El gran Paul Cézanne, uno de los máximos representantes del impresionismo, vivió sus últimos años en su casa en la colina de Lauves en la ciudad de Aix-en-Provence donde había nacido. Allí se pueden ver sus objetos más queridos y familiares: las maquetas de sus últimos bodegones, sus muebles y sus útiles de trabajo, donde sentir más intensamente la plena presencia del pintor. Desde 1902 hasta su muerte en 1906, Cézanne trabajó diariamente en este luminoso estudio, cuna de decenas de obras hoy conservadas en los grandes museos del mundo, entre ellas las últimas y célebres 'Bañistas'. El pintor era un gran observador de la naturaleza provenzal, que le parecía de una extraordinaria belleza y conocía muy bien su región, cuyos paisajes inmortalizó en numerosos cuadros.

El Museo Granet de Aix-en-Provence presenta la exposición internacional 'Cézanne en Jas de Bouffan', vigente hasta el 12 de octubre de 2025. Jas de Bouffan es más que un hogar; es un laboratorio artístico donde Cézanne experimentó con su obra durante casi 40 años. La excepcional selección de cien pinturas, dibujos y acuarelas de la retrospectiva invita a sumergirse en la vida privada del artista y a descubrir su estrecho vínculo con la casa familiar, ofreciendo un recorrido temático que explora el trabajo que el artista realizó en la casa familiar en Aix-en-Provence entre 1860 y 1899. La mansión era más que un hogar; se convirtió en el estudio creativo de Cézanne, donde experimentó con las técnicas y los temas que se convertirían en su firma.





Atelier des Lauves

La retrospectiva exhibe cien piezas que ilustran la gran influencia de la casa en su arte. Presenta los temas favoritos de Cézanne: paisajes provenzales, autorretratos, las famosas bañistas y bodegones al óleo y la acuarela. Entre las obras maestras de la exposición se incluyen las icónicas ‘Las cuatro estaciones: primavera, verano, otoño, invierno’, ‘La bañista y las rocas’, ‘Autorretrato delante de un fondo rosa’, ‘Los jugadores de cartas’ y ‘Las bañistas’.

La exposición muestra piezas prestadas por museos de renombre mundial de París, Nueva York, Tokio y Londres, y ofrece una visión fascinante de Cézanne, desde su juventud

hasta sus mayores obras maestras.

Pero, además de Cézanne, la ciudad tiene mucho que ofrecer, con un ambiente increíble, un entorno cercano y rico en cultura, naturaleza y gastronomía; una ciudad humana y con múltiples bares y restaurantes, actividades culturales, galerías de arte y monumentos, y el punto de partida ideal como campamento base para conocer Provenza.

Las callejuelas del centro poseen bonitos edificios del siglo XVII y XVIII y plazas por doquier, con numerosas fuentes. Librerías, tiendas de ropa, de artesanía, comercios variados pueblan todo el centro histórico.

<https://www.aixenprovencetourism.com/es/>

Avignon, ciudad de Papas, teatro y... vinos



Sede de la cristiandad y centro artístico en el siglo XIV, Aviñón siempre se ha destacado por su rico patrimonio histórico y su variada oferta cultural, ambos profundamente arraigados en su identidad. Aviñón, la Ciudad de los Papas, el famoso puente cantado hasta por los que no saben francés, las murallas.... La ciudad es un destino turístico y cultural en el

que destaca el famoso festival de verano.

En 2025 celebra el 25º aniversario de cuando fue Capital Europea de la Cultura, y la ciudad desea celebrarlo, ofreciendo numerosos eventos culturales, festivos y populares durante todo el año. Llamado Terre de Culture 2025 (Tierra de Cultura 2025), este año cultural excepcional está marcado por exposicio-



El famoso puente de Avignon, el de la canción, también conocido como Pont Saint Benezet; lo que queda de la construcción medieval sobre el río Ródano. Foto: Hans / Pixabay. Derecha: el arte presente en toda la ciudad.

nes, festivales, acontecimientos únicos e

Aunque desde hace décadas Aviñón es reconocida como tierra de teatro, también acoge numerosos eventos musicales a lo largo del año: música clásica, barroca, electro, jazz, rock... Si se es aficionado a la ópera, la ciudad cuenta con un teatro de ópera que presenta numerosas obras nuevas; para los amantes del jazz y de la música improvisada, está el AJMI. Y no hay que olvidar la escena musical actual, con los festivales Id-Ile y Résonance.

Pero no solo de cultura, teatro y arte vive el hombre y Aviñón ofrece lo mejor de la gastronomía provenzal y de los vinos. Muchos chefs trabajan con productos de la región y despliegan todo su talento dentro del respeto por las tradiciones culinarias. Aviñón, capital de Côtes-du-Rhône, también permite descubrir la calidad de sus variedades de uva y de sus muchas propiedades. El cultivo de la vid se practica en el valle del Ródano desde la antigüedad y se desarrolló en la margen izquierda del río en el siglo XIV, con el Estado Pontificio, y en la margen derecha en el siglo XVII, con el Reino de Francia.

La denominación «Côtes du Rhône» nació en 1937. Define las reglas de producción y los caldos y Aviñón es su capital desde 1996. Coincidiendo con los días del Festival de Teatro, de las 19:00 a las 23:00, vi-



ticultores y bodegas del Ródano presentan al público una nueva selección de Côtes-du-Rhône y Côtes-du-Rhône Villages. También se pueden descubrir estos vinos de carácter en los numerosos restaurantes y vinotecas de la Ciudad Papal. Y si se quiere saber más, se pueden seguir las rutas turísticas de los Côtes du Rhône, de Aviñón a Vienne, al sur de Lyon, de Vaison-la-Romaine al Pont du Gard, pasando por el ineludible Châteauneuf-du-Pape para descubrir los terruños y sus vinos coloridos.

inauguraciones de museos y lugares artísticos, suficiente como para ofrecer a los habitantes y a los visitantes de paso momentos culturales inolvidables. Con Aviñón, Tierra de Culturas 2025, la ciudad firma el segundo acto de una fuerte ambición cultural para Aviñón, con un gran plan de acción que moviliza a todos los agentes culturales de la zona.

<https://avignon-tourisme.com/es/>
<https://avignon2025.fr/>



Centre Val de Loire Celebra triple aniversario

En 2025, la región Centro-Valle del Loira celebra no uno, ni dos, sino tres grandes aniversarios: los 25 años de la clasificación del Valle del Loira como Patrimonio Mundial de la Unesco, los 20 años de «La Loire à Vélo» y los 15 años de la inscripción de la comida gastronómica francesa en el Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad.

El 30 de noviembre de 2000 es una fecha a celebrar, ya que marcó la clasificación del Valle del Loira como un «paisaje cultural vivo», una distinción única en su época. El perímetro cuenta con 280 km. entre Sully-sur-Loire y Chalonnes-sur-Loire y es reconocido por su excepcional patrimonio renacentista, sus paisajes, su emblemático río, así como sus viñedos y viticultores, que producen los delicados vinos del Loira. Un Valle reconocido por su patrimonio

renacentista único, sus paisajes y su río, el Loira, que atestigua la armonía y la relación que une al ser humano y la naturaleza, a los viñedos y los viticultores que producen los delicados vinos del Loira...

De manera general, un año Unesco que reúne, más allá del perímetro del Valle del Loira, dos grandes catedrales: Chartres y Bourges, así como la basílica de Neuvy-Saint-Sépulcre, copia del Santo Sepulcro de Jerusalén.

El Valle del Loira, conocido como el 'Jardín de Francia', atesora un gran patrimonio histórico y natural. Sus tierras están bañadas por el Loira, que junto con sus afluentes, han dado forma a los paisajes y favorecido la circulación y el encuentro de ideas y personas.

El Valle del Loira es la tierra del Renacimiento francés, los Castillos del Loira, los perso-



Alrededor del Valle se puede realizar una ruta ciclista de 900 km., apta para todos. Cuenta con excelentes viñedos y mejores vinos y el río Loira es utilizado para la navegación de todo tipo.

>>>



Más de un centenar de castillos salpican el impecable paisaje del Valle del Loira. En la imagen, el Castillo de Chaumont, Foto: Dorine Frequin / Pixabay.

najes ilustres y el art de vivre, de esa época quedan fortalezas medievales, castillos reales, residencias renacentistas, catedrales, abadías... Esta profusión artística y arquitectónica tuvo lugar durante más de tres siglos seguidos y fraguó el llamado 'art de vivre' francés.

El Valle del Loira en la actualidad destaca por una tradición viva de navegación fluvial, mantenida por amantes de la naturaleza que disfrutan dando a conocer el Loira y sus afluentes (el Cher, el Indre y el Vienne) con toda su biodiversidad, compuesta por aves migratorias, castores, plantas salvajes y bancos de arena.

En Sologne, Touraine y el Bosque de Orleans, el río, los lagos y los bosques componen un increíble paisaje que caracteriza el Valle del Loira, su historia y geografía. También más de 100 Castillos del Loira abiertos al público, la mayor concentración del mundo de castillos y palacios renacentistas. Unos 30 jardines turísticos, que van del clasicismo de los jardines renacentistas de Villandry hasta el vanguardismo de los jardines de Chaumont-sur-Loire. Y un sinfín de jardines creados por gente apasionada que disfruta compartiendo lo que mejor saben hacer.

El Valle del Loira celebra también los 20 años de La Loire à Vélo. Conocida tanto al nivel nacional como internacional, esta ruta ciclista es recorrida cada año por cerca de dos millones de turistas en bicicleta.

Con una señalización clara y segura a lo largo de 900 km., es accesible para todos. En la primavera de 2005, se inauguró el primer tramo de 'El Loira en Bicicleta', un nexo entre las dos regiones, propietarias de este itinerario pionero en Francia. Actualmente, el Loira en Bicicleta genera unos ingresos de 55,6 millones de euros.

Por último, este año se celebran los 15 años de la inscripción del 'Repas gastronomique des Français' en la Unesco, un reconocimiento que refleja perfectamente el espíritu y los valores del «jardín de Francia». Fruto del trabajo del Instituto Europeo de Historia y Culturas de la Alimentación de Tours (IEHCA), la comida gastronómica francesa se define como un momento de convivencia y celebración, basado en platos elaborados con productos locales. Los comensales practican el «buen comer» y el «buen beber», destacando la armonía entre los platos y los vinos, así como la importancia de la presentación de la mesa. Esta categoría busca proteger una costumbre socialmente arraigada: la convivencia, el disfrute del gusto, el compartir y el maridaje de los vinos y los productos de la tierra.

Estos aniversarios, junto con el programa y los eventos organizados por la Región Centre-Val de Loire, serán una oportunidad para transmitir y desarrollar los valores humanistas del Valle del Loira, que la convierten en una tierra de Renacimiento.

<https://www.valledelloira-francia.es> // <https://www.loireavelo.fr/>

Luberon, cuando el tiempo se detiene



Sobre estas líneas, Gordes, uno de los pueblos más bonitos de Francia. En la región de Vaucluse se concentran siete: izquierda el castillo de Lourmarin. Foto: Lincey12 / Pixabay.



En el corazón de la región Provenza-Alpes-Costa Azul, en el sur de Francia, Luberon es un destino privilegiado para ofrecer una experiencia auténtica y pintoresca. A sólo dos horas de la Costa Azul, se puede acceder fácilmente a Luberon desde Aviñón (30 minutos), Marsella (una hora) y Aix-en-Provence (40 minutos). Un destino que combina con elegancia naturaleza y servicios de calidad, para ofrecer una experiencia que va más allá de una simple estancia en un alojamiento de alta gama.

Aquí, la elegancia reside en el buen vivir provenzal, donde tomarse el tiempo de descubrir pueblos pintorescos y conocer a los artesanos y productores locales se convierte en una experiencia inolvidable. Hay que dejarse seducir por estos lugares auténticos donde la viticultura, la olivicultura y la truficultura conforman paisajes preservados y doblemente reconocidos por la Unesco por su excepcional espacio natural (Geoparque y Reserva de la Biosfera).

En Francia, existen 174 pueblos con la etiqueta de «Los Pueblos Más Bonitos de Francia» (cifra de 2023). Siete de ellos se encuentran en la región de Vaucluse, de los cuales seis están en Luberon y en todos ellos el tiempo parece haberse detenido y te invitan a sumergirte en la historia y en el apacible estilo de vida provenzal. Todos ellos están encaramados majestuosamente o enclavados



La Abadía de Sénanque, muy visitada por turistas que llegan desde todas las partes para contemplar la floración de la lavanda. Foto: AXP / Pexels.

en las laderas del famoso macizo del Luberon o los Montes de Vaucluse. Su excepcional ubicación, en el corazón de un paisaje idílico donde se entremezclan frondosos olivares, extensos viñedos, bosques mediterráneos y florecientes huertos frutales, les confiere un encanto incomparable. Inmersos en la belleza natural y la tranquilidad atemporal, estos pueblos donde cada rincón cuenta una historia y cada panorama invita a la contemplación.

Cada pueblo ha conservado su casco histórico y su arquitectura. Allí se descubren encantadoras callejuelas adoquinadas y jardines floridos, ruinas históricas y iglesias encaramadas que marcan el paisaje. Entre los cinco más bellos de Francia está Gordes, que es sin duda el más famoso de todos, ocupando un lugar especial en el Luberon, imponente, visible y alzándose con orgullo frente a un valle de viñedos.

Hay que visitar las exposiciones de su castillo, las misteriosas cuevas del Palacio de Saint-Firmin y pasear por la hermosa Place Genty Pantaly. Lourmarin es pueblo de artistas y está animado todo el año. Alberga la Maison du Gibassier, una especialidad local.

Destaca su castillo, la Fuente de las Tres Máscaras y su templo protestante.

Ansouis, ubicado al sur del Luberon, es muy conocido por su gastronomía, su castillo aún habitado, sus jardines a la francesa y sus museos originales. Rosellón, un pueblo de colores llamativos, donde se puede visitar parte de las canteras de ocre situadas en las cercanías. Ménerbes, que ha atraído a numerosos artistas a lo largo de los siglos desde su afloramiento rocoso.

Como en todas las regiones de Francia, la gastronomía y los productos tienen un papel destacado. Aquí se pueden disfrutar frutas y verduras, en particular tomates, calabacines, berenjenas, patatas Pertuis, melón, cerezas, etc.; aceite de oliva, un producto estrella para mejorar todos los platos; hierbas y plantas aromáticas, más conocidas como hierbas de Provenza; miel, dulzura encarnada, simple o aromatizada con flores silvestres; trufa negra, ideal para realzar un plato común que al instante se vuelve más refinado; queso de cabra, y en particular el AOC Le Banon, madurado en hojas de castaño.

Normandía, 1.000 años de historia



Pie de foto

Normandía te sumerge en un mundo donde la belleza se une a la historia. De las playas del Día D a los acantilados de la Costa de Albatre, del tapiz de Bayeux a los bosques del Pays d'Auge. Pero más allá de su patrimonio, Normandía también destaca por su compromiso con un turismo respetuoso con su entorno.

En 2025, el turismo sostenible es más que nunca un elemento central de su estrategia. Convencidos de que el futuro del turismo pasa por un enfoque equilibrado que preserve los paisajes, apoye a los productores locales y responda a los retos de las generaciones futuras. Por eso en Normandía están poniendo en marcha iniciativas concretas para fomentar el turismo responsable y ofreciendo al mismo tiempo expe-

riencias auténticas. Normandía en 2025, se reafirma como un destino emblemático, aliando armoniosamente historia, naturaleza y modernidad.

Este año se celebra el Milenario de Caen ciudad portuaria de Francia y la capital del departamento de Calvados, en la región septentrional de Normandía. En 1025, la ciudad de «Cadomus» se menciona por primera vez en los archivos, marcando el comienzo de la historia de Caen, la ciudad, que prosperó bajo el reinado de Guillermo el Conquistador. Este acontecimiento pondrá de relieve 1.000 años de historia a través de una programación participativa, al mismo tiempo que mirará decididamente hacia el futuro.

Numerosos actos, espectáculos, exposiciones y festivales jalonarán el año, revelando una ciudad audaz

>>>



Fecamp. Foto: Marie Anais Thierry.



Ruta de bicicleta en las inmediaciones del Monte Saint Michel. Foto: David Darrault.



Honfleur. Foto: Sabina Lorkin.



Playa del Día D. Puerto artificial de Arromanches. Foto: Sabina Lorkin.

<https://es.normandie-tourisme.fr/>

y optimista que combina pasado, presente y futuro. Mucho más que una simple celebración, el Milenario es un proyecto estructurador que valoriza el patrimonio poco conocido de Caen, movilizándolo hacia la innovación y la creatividad de Caen.

Cada año, Normandía celebra el aniversario del Desembarco de los Aliados en 1944. En 2025, el 81º aniversario marcará una transición simbólica, rindiendo homenaje a los veteranos y reforzando al mismo tiempo el compromiso internacional de preservar la memoria de este acontecimiento histórico. Ceremonias, recreaciones y el Festival del Día D marcan esta conmemoración dedicada a la paz y la libertad.

Hablar de Normandía es hablar de Impresionismo, la región que constituye, junto con París y sus alrededores, el destino impresionista por excelencia, un movimiento pictórico que revolucionó la historia del arte, que nació en la región y todavía hoy en día es visible con claridad por todos sus rincones. Más que un viaje por la historia del arte, este destino propone vivir los instantes de felicidad que han inspirado a estos pintores.

Viajar por la Normandía impresionista es pasar del cuadro a la sensación: contemplar las obras maestras de los pintores en museos excepcionales y experi-

mentar las emociones que les inspiraron en el mismo lugar en el que colocaron sus caballetes a finales del siglo XIX. Pasear por estos parajes permitirá desconectar siguiendo los pasos de los impresionistas, los famosos Monet, Boudin, Renoir, Pissarro, Bonnard, Millet o Sisley, rodeado de paisajes urbanos evocadores o en plena naturaleza salvaje. Impregnarse de la felicidad de la época compartiendo una comida en el césped a orillas del río Sena o frente al mar.

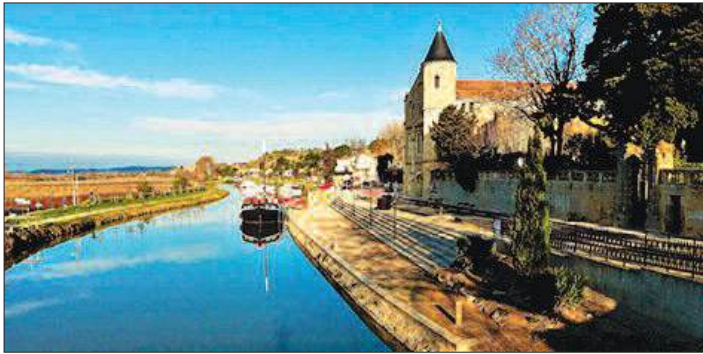
Y, naturalmente, tampoco aquí puede faltar la gastronomía. Normandía es ciertamente una de las regiones de Francia más famosas por su gastronomía. Aunque la región es conocida por sus quesos, sobre todo por el Camembert, y sus manzanas, Normandía ofrece mucho más. Por ejemplo, es la primera región francesa en la producción y recolección de vieiras. Allí también se producen ostras y mejillones. Dentro de las especialidades, encontramos el cordero 'presalado', criado en la Bahía del Monte Saint-Michel, la andouille de Vire (salchicha típica de casquería), las tripas a la moda de Caen (también de casquería), la morcilla de Mortagne, la teurgoule y el caramelo de Isigny. Se puede acompañar la degustación de estos productos con una copa de sidra, de Poiré, de Pommeau o, si se prefiere algo más fuerte, de Calvados.



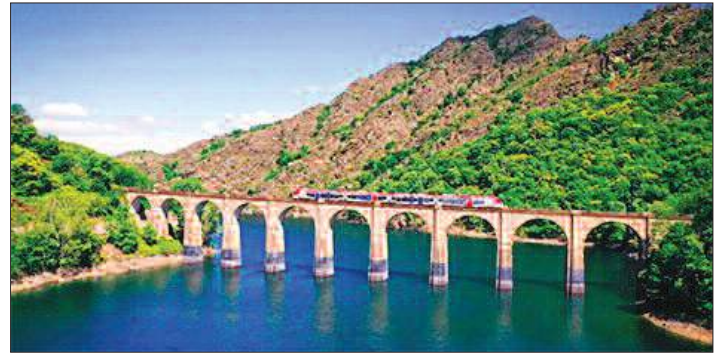
Centro de Montpellier. Foto: Hjrivas / Pixabay.



Canal du Midi. Toulouse. Foto: Việt Anh Nguyễn / Pixabay.



Aude. Foto Rene Rauschenberger / Pixabay.



Viaducto de Altier, Villefort, Occitania. Foto: Patrice Thebault.

Occitania

y sus cuatro universos

Con sus espacios naturales preservados y sus impresionantes paisajes, un patrimonio excepcional, así como actividades para todos, Occitania constituye de por sí una pequeña Francia, con su propio acento y sus costumbres. Aquí se pueden descubrir hermosos lugares para viajar dentro de la región.

Los Pirineos, Aubrac, las Gorges du Tarn pero también Toulouse, Montpellier o Lourdes son verdaderos destinos que dan a Occitania su temperamento y su belleza. Paisajes, tradiciones, costumbres locales, patrimonio, etc. Estos son los cuatro universos que propone esta activa región.

El Mar:

Hay que dirigirse, en cualquier época del año, a la costa mediterránea de Occitania. Las estaciones balnearias del Gard Camargue, Languedoc, Aude y la región catalana invitan a viajes fabulosos, a descubrir lo mejor del Mediterráneo: la belleza de las playas, la autenticidad de los puertos y pueblos pesqueros, la diversidad de deportes de tabla y actividades al aire libre en el interior.

La Montaña:

Se pueden reponer fuerzas en las montañas de Occitania, preservadas, auténticas y plurales. En el sur, a lo largo de la frontera española, los Pirineos se alzan a más de 3.000 m. de altitud. Al este y al norte, el Macizo Central añade más relieve a Occitania, con el Aubrac y las Cevenas, cuyos montes se alzan a 1.000 y 1.500 metros de altitud.

El Campo:

Bajar el ritmo, disfrutar del tiempo libre, pasarse al modo slow... todo eso se puede encontrar, por ejemplo, en Gascuña, Les Corbières, Larzac o el valle del Dordoña. Y aprovechar para descubrir sus pueblos con carácter con un excepcional entorno: Rocamadour, Conques, Cordes-sur-Ciel, las Gargantas del Tarn...

Las Ciudades:

Hay que descubrir el ambiente, el encanto y el patrimonio de las principales ciudades de Occitania: Toulouse, la capital de la región, cálida, espontánea y apasionada, recibe en su entorno de ladrillos anaranjados, forjado por 2.000 años de historia.

Grandes monumentos y lugares dedicados a la cultura aeronáutica y espacial se combinan con facilidad, y Montpellier, capital cultural y de

>>>



Mujer de la Camarga con traje típico.
Foto: JP Camargue / Pixabay



Edificio de Auch. Foto: Pierbok / Pixabay.



La buena vida incluye a las vacas en Aubrac.
Foto: Patrick Blaise / Pixabay.

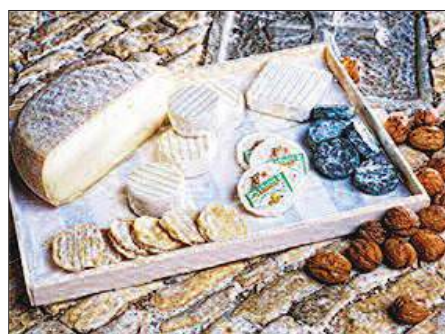
portiva, en la que se celebran numerosos festivales y que está llena de estudiantes, que invita también a disfrutar de la fiesta.

Estas ciudades, conocidas entre los franceses por su calidad de vida, figuran entre las capitales europeas del turismo urbano. También sorprenden las demás ciudades que cuentan con el sello Gran Sitio de Occitania Sur de Francia: Albi, Carcassonne, Auch, Perpiñán...

Occitania es la primera región termal de Francia. Para hacer una cura o una estancia de fitness, se puede elegir entre 28 balnearios. Para un momento de relax y bienestar total, la región ofrece lo mejor con más de 30 spas termales.

Entre tierra y mar, unos sabores inolvidables

En Occitania existe una larga y sólida tradición gastronómica que se basa en una maestría local excepcional y en unos productos nobles: el foie gras, la trufa negra, el Roquefort y, en el Mediterráneo,



La gastronomía occitana y sus 'célebres' quesos.



Delicioso cordero del Quercy

la ostra de Bouzigues, la aceituna Lucques del Languedoc, el arroz de Camarga o incluso la anchoa de Collioure.

Occitania cuenta con más de 250 productos con sellos de calidad (DOC/DOP, Label Rouge, IGP, AB): desde el cordero del Quercy hasta la fresa de Nîmes pasando por el queso Pélardon de las Cevenas... Especialidades únicas como el cassoulet, de Castelnaudary, de Carcassonne o de Toulouse, se suman a los encantos culinarios de Occitania.

En la montaña, está la sopa de col conocida como garbure y el dulce llamado millas en los Pirineos, el aligot en Aubrac, y ambas regiones comparten la tradición del pastel asado al espetón.

La costa mediterránea iluminará el paladar de soleadas notas con la brandada de bacalao de Nîmes, la cargolada (parrillada de caracoles) o la gardiane (guiso de toro). Y por supuesto, todo el mundo conoce la tielle (especie de torta redonda rellena de crustáceos) de Sète y la crema catalana.



Anchoas de Collioure. Foto: Walter Bichler/Pixabay.



Ostras de Bouzigues.



Perpiñán, Galardonada por el Ministerio de Cultura francés con los sellos de «Ciudad de arte y de historia» y «Arquitectura contemporánea remarcable»

Perpiñán, 'centro del mundo'

En el sur de Francia y a la misma latitud que Roma, se encuentra la hermosa y soleada ciudad de Perpiñán, el «Centro del Mundo», como dijo el legendario Salvador Dalí: “En la estación de Perpiñán tuve una especie de éxtasis cosmogónico más fuerte que cualquier otro que hubiera experimentado antes. Tuve una visión exacta de la constitución del universo”.

Situada entre los Pirineos y el Mediterráneo, Perpiñán ofrece una atractiva experiencia. Solo, en pareja, en familia o con amigos, Perpiñán ofrece todas las ventajas de un destino turístico mediterráneo auténtico y acogedor.

Galardonada por el Ministerio de Cultura francés con los sellos de «Ciudad de arte y de historia» y «Arquitectura contemporánea remarcable», Perpiñán tiene un rico patrimonio histórico que sorprende por su densidad, su diversidad y su calidad. Dalí tiene un fuerte vínculo con Perpiñán, como muchos grandes artistas que han permanecido en la ciudad y dejado su huella en su historia, como muestra el Museo de Bellas Artes Hyacinthe Rigaud, el famoso retratista de Perpiñán a Luis XIV. El museo alberga obras de Pablo Picasso, Aristide Maillol, Raoul Dufy y Jean Lurçat.

Mucho que ver en Perpiñán, pero hay tres visi-

tas que no hay que perderse: Le Castillet y el museo Casa Pairal, lo más destacado de este monumento es, sin duda, su cima, que ofrece una vista de 360 grados del centro de la ciudad e incluso más allá. Pero para hacer esto, ¡hay que subir 142 escalones!; el Hotel Pams, la joya del Art Nouveau de Perpiñán, la sobria fachada que da a la calle contrasta con el resto del edificio. La imponente escalera de ónix, mármol y estuco, al pie de la cual se encuentra una escultura de Raymond Sudre, decorada con pinturas de Paul Gervais, incluye numerosas representaciones femeninas, como Venus encaramada en la proa de un barco en el primer piso y Cibele en el techo; El Palacio de los Reyes de Mallorca, ubicado en el corazón de Perpiñán, este soberbio palacio medieval fue durante casi un siglo (1276-1344) el centro del efímero Reino de Mallorca.

Fue Jaime I, rey de Aragón, quien dividió su reino en dos, dejando como herencia a su hijo menor, Jaime II, el pequeño Reino de Mallorca, que incluía las Islas Baleares, los condados del Rosellón y la Cerdeña, y el señorío de Montpellier. Este palacio de estilo gótico, con su patio central, arcadas, capillas y hermosas salas repletas de magníficos tapices, reflejaba el esplendor de la época.

>>>

<https://www.visit-occitanie.com/es/>

<https://www.perpignantourisme.com/es/>



Poitiers

Panorámica de Grand Poitiers. Debajo: Notre Dame la Grande. Foto: Aurélie Guisiano y el moderno Futuroscope, paraíso de niños y mayores.

Del pasado medieval al futuro del siglo XXII en un instante

Las calles peatonales de Poitiers invitan a un paseo de más de 2.000 años de historia siguiendo sus joyas arquitectónicas: la iglesia románica de Notre-Dame-la-Grande, el palacio de los duques de Aquitania, la catedral de Saint-Pierre, la iglesia de Saint-Hilaire-le-Grand, el baptisterio de Saint Jean... Cuna de Leonor de Aquitania, de los Condes de Poitou, de los Duques de Aquitania y de Futuroscope, es este suelo, marcado tanto por el pasado como por el futuro, donde la constelación del Grand Poitiers invita a soñar en grande.

El destino Grand Poitiers incluye 40 municipios: si el Futuroscope de Chasseneuil-du-Poitou no deja de sorprender, Chauvigny, desde lo alto de su ciudad, hechiza con la riqueza de un patrimonio medieval excepcional. El Grand Poitiers invita al escapismo. Quedarse aquí es hacer la elección de vivir grandes momentos, soñar en el presente. En los alrededores aguardan más tesoros y actividades, como en Saint-Benoît, con un entorno preservado donde realizar recorridos entre árboles, a bordo de un kayak o siguiendo un itinerario de geocaching Tèrra Aventura. O como en las localidades medievales de Lusignan y Chauvigny, esta última con un bicirraíl con bonitas vistas a los cinco castillos de la ciudad y con un espectáculo de cetrería ofrecido en uno de ellos. En cuanto al goce gastronómico, en los mercados y restaurantes de Poitiers abundan los productos y especialidades locales, como el melón y los vinos del Haut-Poitou, los quesos de cabra, el farci poitevin, la broyé de Poitou y la tourteau fromager.

Y a un paso, Futuroscope, lugar donde lo real y lo imaginario se unen. Aquí, se puede llegar a Marte en roller coaster o saltar dentro de un tornado para vivir emociones



<https://visitpoitiers.fr/es> // <https://www.futuroscope.com/es/>

palpantes. Embarcarse hacia un viaje increíble alrededor del mundo antes de bailar en los brazos de un robot. La nueva atracción es Misión Bermudas: a bordo de un barco en el que enfrentarse a fenómenos inexplicables antes del descenso final.

Para completar la visita, sumergirse en Aquascope, el nuevo parque acuático, con tres mundos experienciales: el Espacio Sensaciones con 8 toboganes increíbles, el Espacio Inmersión donde nadar en un mundo fantástico de vídeo mapping y el Espacio Infantil para los más pequeños.

Rennes

Festiva y estudiantil

Rennes es una ciudad mosaico de múltiples facetas, una metrópoli a escala humana con un fuerte carácter bretón. Una ciudad festiva y estudiantil, un destino gastronómico con numerosos festivales a lo largo del año. La capital económica y cultural de Bretaña también ha sabido conservar su ambiente de pequeña ciudad, donde todo puede hacerse a pie... Con sus calles peatonales, sus plazas, sus monumentos, sus casas con coloridos entramados de madera y animadas terrazas, seduce por la originalidad de su patrimonio y la hospitalidad de sus habitantes.

Una ciudad de tamaño agradable, en la que disfrutar paseando por el centro histórico, que parece un encantador pueblecito con sus tradicionales casas de entramado de madera y sus numerosas tiendas, muy apreciadas por los amantes de las compras. Cuenta también con un rico patrimonio en el Parlamento de Bretaña, cuyas salas interiores están muy bien conservadas. Rennes merece también una visita gastronómica que hará las delicias de todos los amantes de la buena mesa.

Con sus numerosos bares y restaurantes de cocina local o exótica, sus tiendas de galletas y chocolates, y sus famosas crepes y galettes. Una visita obligada para los habitantes de Rennes es el famoso «Marché des Lices», uno de los mercados más importantes de Francia, donde, todos los sábados por la mañana, se pueden encontrar productos regionales, dulces típicos de la zona y productores de marisco.

Por último, Rennes es también una ciudad verde, rodeada de agua y de espacios verdes, como el famoso «Parc du Thabor» y sus numerosos carriles bici que llevan hasta el Mont Saint-Michel.

Rennes es el destino ideal para visitar los lugares legendarios de Bretaña: en menos de una hora desde Rennes se puede llegar a Saint-Malo y las playas de la Costa Esmeralda, en el corazón del mítico Bosque de Brocéliande, cuna de las leyendas artúricas, o frente al Mont Saint-Michel. Rennes se encuentra también en el cruce de las principales rutas ciclistas que atraviesan la región. Por su ubicación privilegiada, Rennes es el destino perfecto para descubrir todos los tesoros de Bretaña.



Plaza de Champ Jacquet, en Rennes. Foto: Thomas Crabot.



Rodeada de agua, mucho espacio verde y senderos para peatones y bicis.



Una ciudad agradable, cómoda de visitar y un rico patrimonio.



Como en todo el país, la oferta gastronómica es de primera calidad.

>>>

<https://www.tourisme-rennes.com/es/>

Y Mónaco, casi francés



Vista aérea de Mónaco. Apenas dos kilómetros cuadrados plenos de lujo y sofisticación. Foto: B. Vergely.

Mónaco es el país más pequeño del mundo en dura competencia con el Vaticano. En sus dos kilómetros cuadrados se ha construido una historia, una leyenda que se remonta a los siglos. Desde el famoso Casino hasta las carreras de Fórmula 1 en sus calles, desde el mundo de las celebridades hasta el mercado local, Mónaco es un destino en constante evolución preservando su ADN.

Entre Francia e Italia, entre las montañas y el mar, Mónaco es un destino seguro y comprometido, donde todos pueden venir a vivir su leyenda.

Visitar Mónaco es sinónimo de vivencias únicas

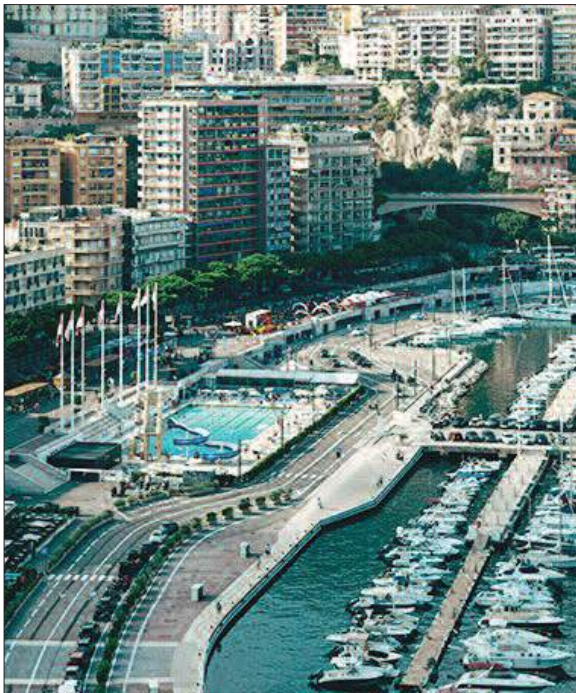
Sorprenden cada uno de sus rincones y sus vistas. Monaco-Ville, Montecarlo, Fontvieille o La Condamine son el escenario perfecto para unas maravillosas fotos de recuerdo. Sería impensable visitar el Principado sin pasar por Monaco-Ville. Hay que recorrer las estrechas y



El famosísimo Casino de Montecarlo, escenario de cientos de películas.

coloridas calles de lo que los lugareños también llaman «Le Rocher» y no olvidar adentrarse en los jardines Saint-Martin y Sainte-Barbe. A la sombra de los más bellos árboles mediterráneos emocionan las impresionantes vistas sobre el Mediterráneo.

Tras detenerse a contemplar la vista sobre el puerto de Fontvieille, a la derecha se toma la Ruelle Sainte-Barbe para recorrer el paseo. Con el acantilado a los pies y a tan solo unos pasos del Palacio principesco, hay que dejarse encantar por su asombrosa tranquilidad.



Puerto deportivo. Foto: Gabor Balazs / Pexels.

Dejando atrás el encanto del Rocher, la siguiente parada no puede ser otra que el Casino de Montecarlo. Descubrir la nueva plaza de este emblemático lugar de Mónaco, flanqueado por el Hôtel de Paris y el Café de Paris.

También se podrá admirar los heterogéneos rincones de este barrio, con los magníficos jardines La Petite Afrique y las tiendas del One Monte-Carlo que tampoco se puede perder.

Cocina de lujo, cocinas del mundo, productos tradicionales, alimentación responsable. Restaurantes con estrellas, «brunches» con toques insólitos, terrazas «gourmet» o experiencias culinarias de firma local, responsable y sostenible...

El tiempo se detiene al degustar platos que evocan los lugares más exóticos y que prometen un viaje excepcional al país que alberga sus sabores. En Mónaco, las exigencias de los más «gourmets» no se toman a la ligera, y las iniciativas gastronómicas para grandes y pequeños están a la orden del día en el corazón de este territorio.

En pareja, en familia o con amigos, el Principado, rincón paradisíaco en el Mediterráneo, es el lugar ideal para vivir el presente y disfrutar de lo mejor de la gastronomía. Mónaco, como ningún otro. ●

<https://www.visitmonaco.com/es>



Air France: Llegar a todo en un salto

Los destinos indicados están relativamente cerca de España y es fácil llegar a ellos en coche o en tren. También, claro, puede hacerse en avión. Embajadora del arte francés de viajar desde su fundación en 1933. Air France está presente en España desde su creación, fecha en la que ya operaba la ruta Marsella-Barcelona (en 1933). La compañía ofrece en temporada de invierno vuelos desde seis aeropuertos españoles (Barcelona, Bilbao, Madrid, Málaga, Sevilla y Valencia) hacia París Charles de Gaulle. Para la temporada de verano que se inició a finales de marzo, también ofrece vuelos desde Ibiza, Palma de Mallorca y Tenerife Sur a París-Charles de Gaulle.

Air France colabora con grandes chefs que promueven la excelencia francesa a bordo de sus cabinas La Première y Business y en sus salas VIP de los aeropuertos creando platos excepcionales. Reafirma así su papel de embajadora de la gastronomía y el saber hacer franceses en todo el mundo.

La compañía se compromete a hacer descubrir a sus clientes la riqueza y la diversidad del patrimonio gastronómico francés con un enfoque más responsable, prefiriendo los productos frescos, locales y de temporada y ofreciendo sistemáticamente una opción vegetariana en todas sus cabinas.

En la red de corto radio de Air France, que es la que afecta a los vuelos entre España y Francia, Michel Roth ha diseñado una nueva gama de sándwiches «de autor» para los clientes Business, que acompañan el servicio a bordo propuesto por la compañía y se adaptan a los tiempos de vuelo cortos. Pan rústico, buey mechado con mostaza, apio, manzana y curry suave, o un dúo de panes, queso de cabra cremoso, cebolla y chutney de cebollas con nueces: la oferta se renueva cada mes.

En la red de medio radio, en la cabina Business, el chef elabora un plato frío para acompañar la comida ofrecida durante el vuelo. Snack de gambas, puerros fundidos o estofado de ternera, las recetas también se renuevan cada mes para deleite de los viajeros frecuentes. ●

<https://corporate.airfrance.com/en>



Más información general: <https://www.france.fr/es/>