



Valle del Cabriel
Plan de Sostenibilidad Turística

GUÍA TURÍSTICA DE RIQUEZA CULTURAL

Patrimonio, tradiciones
y cultura viva en el
corazón de Cuenca

Turismo cultural
sostenible en un
territorio único
UNESCO

Historia milenaria,
sabores auténticos,
artesanía tradicional



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MINISTERIO
DE INDUSTRIA
Y TURISMO



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA



unesco
Organización de las Naciones
Unidas para la Educación,
la Ciencia y la Cultura



Valle del
Cabriel

GUÍA TURÍSTICA COMPRENDIDA EN EL PLAN DE SOSTENIBILIDAD TURÍSTICA EN DESTINO "VALLE DEL CABRIEL, RESERVA DE LA BIOSFERA" DE LA DIPUTACIÓN DE CUENCA, SUJETO AL PLAN DE RECUPERACIÓN, TRANSFORMACIÓN Y RESILIENCIA Y FINANCIADO POR LA UNIÓN EUROPEA CON FONDOS NEXT GENERATION EU.

www.valledelcabriel.es



Valle del Cabriel
Plan de Sostenibilidad Turística

Bienvenido al Valle del Cabriel

La “Reserva de la Biosfera del Valle del Cabriel”, declarada por la UNESCO en 2019, no es solo un territorio de valor natural, sino también un espacio donde la cultura, la historia y las tradiciones se entrelazan para conformar un patrimonio biocultural único. Esta guía turística está dedicada a descubrir la “Riqueza Cultural” de la parte conquense de la Reserva, un viaje fascinante a través de milenios de historia humana.

Desde las **pinturas rupestres** que nos conectan con los primeros habitantes de la Península Ibérica hace más de 7.000 años, hasta las tradiciones vivas que se celebran cada año en los pueblos del Valle, pasando por **castillos medievales, iglesias románicas, artesanía tradicional** y una **gastronomía** que es fruto de siglos de adaptación al territorio, **el Valle del Cabriel ofrece una experiencia cultural auténtica y profunda.**

Un viaje al corazón
del medievo





Valle del Cabriel
Plan de Sostenibilidad Turística

1 CONJUNTO HISTÓRICO ARTÍSTICO DE LA VILLA DE MOYA

MOYA: CONVIERTE CADA PASO EN HISTORIA VIVA

Ayuntamiento de Moya

Plaza del Santo, s/n - 16337 Moya

Tel.: 969 365 326

eMail: moya@dipucuenca.es

Web: www.dipucuenca.es



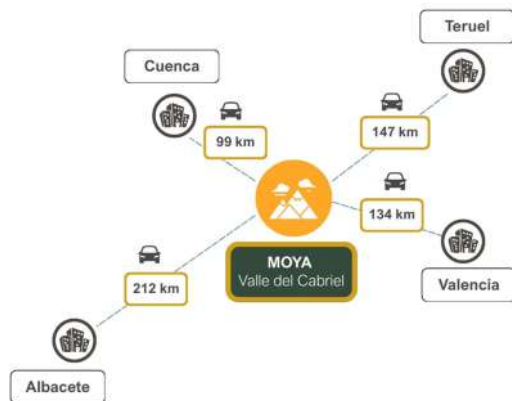
La Villa de Moya, declarada **Conjunto Histórico-Artístico en 1982**, fue uno de los enclaves más estratégicos de la Serranía durante la Edad Media. Su imponente recinto amurallado, con puertas, torres y espacios defensivos, refleja la importancia que alcanzó como señorío y como centro administrativo y militar.

A lo largo de los siglos, **Moya creció alrededor de su castillo y de su entramado urbano fortificado**, convirtiéndose en una referencia política y económica de la zona.

Hoy, su silueta sobre el cerro y los **restos de su arquitectura medieval** conservan el eco de aquella ciudad poderosa que dominaba el territorio.

Moya **emociona por su silencio, por su historia y por la fuerza** con la que sigue mirando al paisaje que la vio nacer.

Cómo llegar



Cultura, gastronomía y fiestas destacadas

La Villa de Moya conserva una fuerte identidad cultural marcada por su legado medieval, sus tradiciones y la gastronomía propia de la Serranía conquense. La artesanía local, la arquitectura popular y los sabores tradicionales —como el morteruelo, el ajoarriero, las migas o los guisos pastoriles— forman parte del carácter del territorio y acompañan la visita al recinto histórico.

Fiestas señaladas:

- Fiesta: **Septenario de la Virgen de Tejeda.**
- Fecha: **Cada 7 años en septiembre, el próximo en 2032** (fiesta mayor del antiguo Marquesado de Moya).



Recomendaciones



Casa Rural La Albacara

Moya - 630 92 41 47

Casa Rural Tierras de Moya

Los Huertos, a 2,2 kms de Moya
969 36 15 77

Hotel Moya

Landete, a 5 kms de Moya
969 36 10 07



Restaurante Moya

Landete, a 5 kms de Moya
969 36 10 07

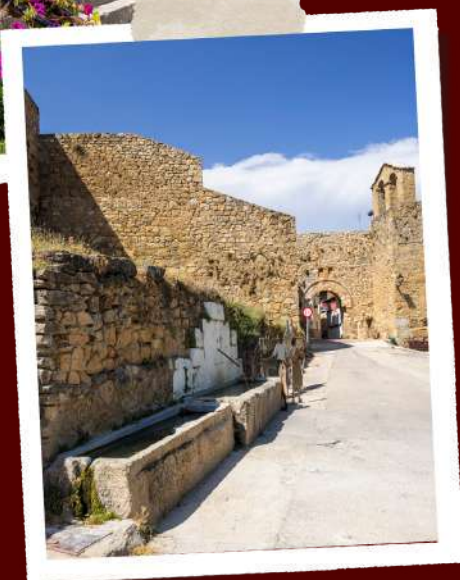
Restaurante La Tasca Garrido

Landete, a 5 kms de Moya
969 36 80 33

Monumentos esenciales

Recorrer la Villa de Moya es adentrarse **en un conjunto monumental único**, donde cada punto del recorrido conserva el eco de la antigua ciudad señorial. Estos son los monumentos imprescindibles:

- **Castillo y recinto amurallado:** Corazón defensivo del señorío.
- **Puerta de Carros y Torre Albarrana:** Uno de los accesos más representativos del conjunto.
- **Iglesia de Sta. M.^a la Mayor:** la mejor conservada de las seis parroquias que tuvo la villa.
- **Convento de las Concepcionistas:** Antiguo edificio conventual que evidencia la vida monástica del lugar.
- **Plaza Mayor y restos de edificaciones civiles:** El espacio donde se desarrollaba la actividad administrativa, comercial y social.
- **Hospital y cárcel antigua:** Testimonios de la organización civil y judicial de la villa.



Cada paso es un viaje al
pasado y cada mirada,
una ventana a la Serranía



Valle del Cabriel
Plan de Sostenibilidad Turística

2

CONJUNTO HISTÓRICO DE CAÑETE



CAÑETE: EMOCIÓN ENTRE MURALLAS

Ayuntamiento de Cañete

San Julián, 2 - 16300 Cañete

Tel.: 969 34 60 01

eMail: canete.secretaria@dipucuenca.es

Web: www.villadecanete.com



A los pies de un imponente castillo que corona la hoz, **Cañete se descubre como una de las villas medievales más bellas** y sorprendentes de la Serranía de Cuenca. Sus murallas, puertas y callejuelas empedradas conservan la huella de un pasado fronterizo, donde convivieron culturas, oficios y tradiciones que dieron forma a su identidad.

Recorrer su casco histórico es avanzar entre leyendas, torres defensivas y rincones que aún respiran la vida de la antigua villa amurallada. Desde el castillo, las vistas se abren hacia un paisaje de barrancos, pinares y peñas que invita a seguir explorando el entorno.

Cañete emociona por su autenticidad, por la **fuerza de su patrimonio y por la sensación de estar entrando en un lugar donde la historia** sigue latiendo en cada piedra.

Cómo llegar



Cultura, gastronomía y fiestas destacadas

Su trazado medieval, sus leyendas y la huella de diferentes épocas conviven con la vida cotidiana de un pueblo que ha sabido preservar su identidad. La artesanía local, la cocina serrana y la hospitalidad de sus vecinos forman parte de su carácter. En la mesa destacan los sabores tradicionales de la comarca: morteruelo, ajoarriero, embutidos caseros, gachas, guisos de caza y dulces artesanos.

Fiestas señaladas:

- Fiesta: **Fiestas patronales en honor a la Virgen de la Zarza**, generalmente del 7 al 12 de septiembre.
- Fiesta: **La Alvarada, fiesta medieval**, generalmente finales de julio y principios de agosto.



Recomendaciones



Hostería de Cañete
Cañete - 969 34 60 45

Hostal La Muralla
Cañete - 969 34 62 99

Cabañas Rurales Villa de Cañete
Cañete
969 34 63 22 / 650 22 64 51



Restaurante El Enebral
Cañete - 969 34 60 45

Restaurante La Muralla
Cañete - 969 34 62 99

Mesón Álvaro de Luna
Cañete - 969 34 60 33

Monumentos esenciales

Cañete ofrece uno de los recorridos patrimoniales más completos de la Serranía. Estos son los monumentos imprescindibles en una visita:

- **Castillo de Cañete:** Fortaleza que corona la hoz y domina toda la villa.
- **Murallas y torreones:** Recinto defensivo bien conservado, testigo del carácter fronterizo de la villa.
- **Puertas del Rey y de San Bartolomé:** vinculadas a episodios históricos de la Edad Media.
- **Iglesia de Santiago Apóstol:** Principal templo del casco histórico, de gran valor artístico y devocional.
- **Fuente y paraje del Postigo:** Rincón con encanto.
- **Plaza Mayor:** Centro social y arquitectónico de la villa, perfecto para iniciar o concluir la ruta.

LA ALVARADA DE CAÑETE: INTERÉS TURÍSTICO REGIONAL

Turalia - Turismo

Alfonso VIII, 43 - 16001 Cuenca
Tel.: 969 23 55 99 / 606 669 609
eMail: info@turalia.com
Web: www.turalia.com



La Alvarada es la fiesta que devuelve a Cañete su alma medieval y **rinde homenaje a uno de sus hijos más ilustres: Álvaro de Luna, nacido en la villa entre 1388 y 1390.** Aquel niño que corrió por las calles y la fortaleza de Cañete llegaría a convertirse en **Condestable de Castilla y figura clave en la corte de Juan II,** uno de los hombres más poderosos de su tiempo.

En recuerdo de ese vínculo histórico, **cada verano** Cañete se transforma para revivir la época de Álvaro de Luna: **banderas, antorchas, mercado medieval, recreaciones históricas y espectáculos** convierten el casco amurallado en un gran escenario al aire libre.

La Alvarada no es solo una fiesta, **es una forma de reivindicar la historia de Cañete** a través de la emoción, la participación y el orgullo por su pasado.



Cultura, gastronomía y fiestas destacadas

La Alvarada es hoy una de las celebraciones más ricas en patrimonio inmaterial de la Serranía. Vecinos, recreadores, músicos y artesanos dan vida a escenas inspiradas en la época de Álvaro de Luna, recuperando leyendas, costumbres y maneras de vivir propias de la Edad Media. La gastronomía ocupa un lugar central: tabernas tematizadas, asados, productos locales, guisos tradicionales y repostería artesana completan una experiencia que une sabor, historia y ambiente festivo.

- **La Alvarada, fiesta medieval**, generalmente finales de julio y principios de agosto.



Recomendaciones

- **Llega con tiempo, especialmente durante la Alvarada:** las calles se llenan y es mejor disfrutar sin prisa.
- **Consulta la programación previa:** hay actividades diurnas y nocturnas.
- **Ideal para familias:** talleres, espectáculos y mercados temáticos durante la fiesta.
- **Respetar el patrimonio:** muchas zonas están protegidas y forman parte del Conjunto Histórico.



Puntos esenciales de La Alvarada

El recorrido por La Alvarada permite vivir Cañete como un gran escenario histórico:

- **Castillo de Cañete:** Escenario de torneos, exhibiciones y actos principales.
- **Murallas y puertas medievales:** Decoradas y ambientadas con artesanos, recreaciones y pasacalles.
- **Plaza Mayor:** Corazón de la fiesta, con espectáculos, conciertos y ceremonias.
- **Calles del casco histórico:** Tabernas, puestos artesanos, actuaciones y escenas cotidianas recreadas.
- **Campamento medieval:** Oficios tradicionales, herrería, carpintería, cocina histórica y vida medieval en directo..



Un tesoro
prehistórico que
conecta paisaje,
historia y misterio





Valle del Cabriel
Plan de Sostenibilidad Turística

3

PINTURAS RUPESTRES:
VILLAR DEL HUMO
MINGLANILLA
HENAREJOS

PINTURAS RUPESTRES: VILLAR DEL HUMO

Villaturcuenca

Tel.: 680821512 | 686588461

eMail: villaturcuenca@gmail.com

Web: www.villaturcuenca.com



En los abrigos de Villar del Humo se conserva uno de los conjuntos de arte rupestre más valiosos de España. **Declarado Patrimonio Mundial por la UNESCO**, este enclave reúne pinturas datadas entre 6.000 y 3.000 a. C. Sus escenas de caza, figuras humanas y **representaciones de ciervos, bóvidos y cabras monteses** ofrecen una ventana excepcional a la vida de los grupos prehistóricos que habitaron estas tierras durante el Neolítico y la Edad del Cobre.

Estas pinturas no solo son arte: **son un testimonio directo del modo de vida, las creencias y la relación con la naturaleza de las primeras comunidades que ocuparon la Serranía.** A través de sus trazos, podemos intuir rituales, actividades colectivas y la importancia simbólica que los animales tenían para estas sociedades.

Visitar estos abrigos es adentrarse en un paisaje que ha permanecido casi intacto durante miles de años: **un lugar donde la roca, el silencio y la naturaleza siguen conservando el pulso de los primeros habitantes del Valle del Cabriel.**

Cómo llegar



Cultura, gastronomía y fiestas destacadas

Villar del Humo combina patrimonio arqueológico, tradición serrana y una profunda conexión con el entorno natural. El arte rupestre forma parte de su identidad cultural y se complementa con la arquitectura rural, los senderos que enlazan los abrigos y la gastronomía típica de la comarca.

En la mesa destacan los sabores de montaña: guisos de caza, morteruelo, migas, platos de setas en temporada y embutidos tradicionales, una cocina sencilla y auténtica que refuerza la experiencia del visitante.



Recomendaciones



Apartamento Rural El Palomar

Villar del Humo a 26 kms
686 588 461

Casa Rural La Reserva

Pajaroncillo a 26,3 kms
679 74 91 51

Casa Rural El Rincón de Lola

Carboneras de Guadazaón a 34 kms
693 00 26 63



Bar Pinturas Rupestres

Villar del Humo a 26 kms
642 70 52 74

Restaurante La Cantina

Carboneras de Guadazaón
a 34 kms
606 40 11 08

Puntos esenciales

La visita a este enclave permite recorrer algunos de los abrigos más representativos:

- **Centro de Interpretación del Arte Rupestre:** Punto ideal para comenzar la visita y comprender el contexto histórico antes de acceder a los abrigos.
- **Abrigo de Selva Pascuala:** Uno de los más destacados, con escenas de caza y figuras animales de gran valor arqueológico.
- **Abrigo de Peña del Escrito:** Representaciones humanas y motivos esquemáticos que muestran la evolución de las creencias prehistóricas.
- **Senderos interpretativos:** Itinerarios señalizados que permiten disfrutar del paisaje natural que rodea los abrigos.

PINTURAS RUPESTRES: MINGLANILLA

Ayuntamiento de Minglanilla

Plaza de la Iglesia, 1 - 16260 Minglanilla

Tel.: 962 18 71 20

eMail: ayuntamiento@minglanilla.es

Web: www.minglanilla.es



En las hoces y abrigos rocosos de Minglanilla ha salido a la luz uno de los hallazgos arqueológicos más sorprendentes de la región: un conjunto de **14 nuevas pinturas rupestres que podría ampliar el conocimiento del Arte Rupestre en la península.**

Estas representaciones, incluyen figuras humanas, escenas de caza y motivos animales que los expertos sitúan en un amplio marco cronológico entre **7.000 y 4.000 años de antigüedad**, aunque están en estudio para precisar su datación definitiva.

La combinación de trazos finos, figuras dinámicas y escenas simbólicas convierte estas pinturas en un testimonio extraordinario del pasado remoto de la comarca.

Visitar este entorno **permite comprender cómo las primeras comunidades aprovecharon los abrigos naturales para plasmar sus creencias**, sus actividades diarias y su relación ritual con el paisaje. Las hoces, los cortados y la vegetación mediterránea que rodean los abrigos ofrecen un escenario ideal para reencontrarse con la Prehistoria en plena naturaleza.

Cómo llegar



Cultura, gastronomía y fiestas destacadas

Minglanilla es una localidad con una identidad cultural ligada tanto a su historia como a su geografía. Su entorno de hoces, barrancos y senderos ha sido durante siglos un espacio de pastoreo, agricultura y tradiciones populares. El reciente descubrimiento rupestre refuerza aún más el valor cultural del municipio, al situarlo como un referente en la arqueología del arte prehistórico.

La gastronomía local mantiene sabores tradicionales de la comarca de la Manchuela y la Serranía: gazpachos manchegos, morteruelo, ajoarriero, embutidos caseros, guisos de caza y dulces de horno, una cocina que refleja la unión entre campo, producto local y herencia rural.



Recomendaciones



Casa Rural Tierras del Cabriel
Minglanilla
653 83 98 81

Albergue Contreras
Presas de Mirasol en Minglanilla
960 62 59 25



**Bar Restaurante
Brasa y Leña**
Minglanilla
697 96 49 60

Mesón 4 esquinas
Minglanilla
643 50 97 74

Puntos esenciales

El entorno donde aparecieron ofrece varios puntos de interés que pueden formar parte de una visita:

- **Abrigos con arte rupestre recientemente documentado:** Espacios donde se han identificado las 14 representaciones, en zonas protegidas y de acceso regulado.
- **Hoces y barrancos del entorno de Minglanilla:** Paisaje natural de gran belleza, perfecto para rutas interpretativas.
- **Miradores naturales:** Puntos panorámicos que permiten contemplar la estructura geológica donde se ubican los abrigos.
- **Senderos locales:** Caminos señalizados que conectan el pueblo con el entorno rupestre.
- **Centro de información municipal:** Lugar de referencia para obtener datos actualizados sobre las investigaciones y las visitas guiadas futuras.

PINTURAS RUPESTRES: HENAREJOS CUEVA DEL TÍO MODESTO

Ayuntamiento de Henarejos
Plaza Mayor, 1 - 16312 Henarejos
Tel.: 969 364 605
eMail: ayuntamientohenarejos@gmail.com
Web: www.henarejos.org



En el entorno natural de Henarejos se encuentra la **Cueva del Tío Modesto**, uno de los enclaves rupestres más singulares de la Serranía. En su interior se conservan representaciones humanas y animales, un estilo pictórico prehistórico que suele situarse entre 7.000 y 4.000 años de antigüedad.

La cueva **destaca no solo por sus pinturas**, sino también por su localización estratégica, **un abrigo natural rodeado de pinares, cortados y senderos** que explican el porqué de su elección como lugar ritual o narrativo. Su conservación la convierte en un testimonio imprescindible del pasado más remoto del Valle del Cabriel, donde arte y naturaleza dialogan desde la Prehistoria.

Visitar este enclave es adentrarse en un entorno silencioso y protegido, **donde el paisaje mantiene prácticamente intacta la atmósfera que acompañó a los primeros pobladores de la Serranía**.

Cómo llegar



Cultura, gastronomía y fiestas destacadas

Henarejos mantiene una identidad serrana marcada por la naturaleza, la tradición ganadera y la vida rural. La presencia de arte rupestre refuerza el valor cultural del municipio, que combina patrimonio arqueológico con un entorno perfecto para el senderismo y la observación del paisaje.

La gastronomía local se basa en platos tradicionales: guisos de caza, morteruelo, calderetas, embutidos artesanos y recetas de invierno que forman parte de la cocina casera de la zona. Los productos de temporada, como setas y miel, también tienen protagonismo en sus mesas.



Recomendaciones



Hotel Moya

Landete a 16,4 kms
969 36 10 07

Alojamiento Rural La Casa Grande

Talayuelas a 24,6 kms
969 36 39 69



Restaurante La Tasca Garrido

Landete a 16,4 kms
969 36 80 33

Restaurante Casa Albina

Talayuelas a 24,6 kms
638 86 23 57

Puntos esenciales

El paraje donde se encuentra la Cueva del Tío Modesto forma parte de una ruta perfecta para conocer patrimonio y naturaleza:

- **Cueva del Tío Modesto:** Enclave rupestre, protegidas y de acceso regulado.
- **Sendero hasta la cueva:** Ruta entre pinares y roca calcárea, ideal para disfrutar del paisaje serrano.
- **Torre de vigilancia musulmana:** Construida durante los siglos de dominio andalusí, esta atalaya se levantó en lo alto del cerro de Santa Ana para vigilar los accesos y proteger los recursos mineros de la zona.
- **Minas de carbón:** Antiguas explotaciones romanas y, más tarde, un importante núcleo minero que llegó a reunir casi 700 habitantes.
- **Miradores naturales:** Puntos elevados para disfrutar de las vistas sobre montes, barrancos y pinares.



Las Huellas más antiguas de la Celtiberia, donde convivieron castros, poblados fortificados y rutas ancestrales



Valle del Cabriel
Plan de Sostenibilidad Turística

4

CELTIBERIA:
ENGUÍDANOS
MIRA
INIESTA

ENGUÍDANOS Y LA CELTIBERIA: EL CERRO DE CABEZA MOYA

Ayuntamiento de Enguñados
Calle San Blas, 2 -16372 Enguñados
Tel.: 969 34 46 51
eMail: info@enguñados.es
Web: www.enguñados.es



Enguñados ocupa un territorio que **durante siglos formó parte de la frontera meridional de la Celtiberia**, una región habitada por pueblos celtas e íberos entre los siglos IV a.C. y I d.C.

Uno de los testimonios más importantes de esta presencia es el **yacimiento celtibero del Cerro de Cabeza Moya**, un asentamiento fortificado ubicado en un punto elevado desde el que se dominan las rutas que conectan la Meseta con las tierras levantinas. En este cerro se han documentado restos de **estructuras habitacionales, fragmentos cerámicos y evidencias de ocupación que confirman la existencia de una comunidad organizada** dedicada a la agricultura, la ganadería y la vigilancia del territorio. Su emplazamiento, estratégico y bien protegido, refleja la forma de vida de los grupos celtibéricos que habitaron la zona hace más de 2.000 años.

Explorar Enguñados es **comprender cómo este paisaje natural ha marcado la historia del municipio desde la Antigüedad**, dejando una huella que sigue viva en su identidad cultural y en su memoria colectiva.

Cómo llegar



Cultura, gastronomía y fiestas destacadas

La herencia celtibérica forma parte de la identidad cultural de Enguídanos, visible en su paisaje, en su urbanismo tradicional y en el valor que conceden sus vecinos al patrimonio y al territorio. La gastronomía local mantiene esa conexión con el territorio: morteruelo, ajoarriero, guisos de caza, embutidos caseros y platos ligados a la vida serrana, junto con el protagonismo de productos de temporada y recetas tradicionales que se mantienen vivas en las cocinas del municipio.

Fiestas señaladas:

- Fiesta de la Celtiberia: **Keltiber**.
- Fecha: Principios/mediados del mes de octubre.



Recomendaciones



Apartamentos El Rincón de la Piedra

Enguídanos
692 63 09 45 - 695 90 66 91

Casa Rural Los Carriles

Enguídanos
686 725 474 - 649 529 361



Restaurante La Torrá

Enguídanos
679 98 48 10

Restaurante Rincón de Piedra

Enguídanos
695 90 66 91 - 692 63 09 45

Puntos esenciales Enguídanos

El territorio de Enguídanos permite seguir los pasos de las antiguas comunidades celtibéricas a través de rutas y lugares cargados de historia:

- **Centro urbano de Enguídanos:** Punto de partida para entender la evolución histórica del municipio desde la Antigüedad.
- **Cerro de Cabeza Moya:** Yacimiento celtibero situado en una posición elevada y estratégica.
- **Castillo de Enguídanos:** Fortaleza medieval que continúa la tradición defensiva del territorio.
- **Restos arqueológicos celtibéricos:** Pequeños hallazgos documentados en estudios arqueológicos y vinculados a antiguos asentamientos.

MIRA Y LA CELTIBERIA: YACIMIENTO DE LOS CASTELLARES

Ayuntamiento de Mira

Pl. de la Villa - 16393 Mira

Tel.: 969 34 00 01

eMail: ayuntamiento@aytomira.es

Web: www.aytomira.es



En el término municipal de Mira se encuentra uno de los **yacimientos íberos más significativos del Valle del Cabriel**: **Los Castellares**, un antiguo poblado fortificado que formó parte de la cultura íbera entre los siglos IV y II a. C. Situado en un cerro de fácil defensa y con amplias vistas sobre los valles circundantes.

En Los Castellares se han identificado **restos de viviendas, estructuras defensivas y fragmentos cerámicos** que confirman la existencia de una comunidad organizada dedicada a la agricultura, la ganadería y al intercambio comercial con otros núcleos de la zona. Su ubicación estratégica ayudó a integrar a Mira dentro de las dinámicas culturales de la Lusitania oriental y el área íbera del sureste.

Visitar **este yacimiento permite comprender cómo vivieron los íberos que ocuparon el valle hace más de dos mil años**, en un entorno natural que aún conserva intacto el silencio y la atmósfera que acompañó a sus antiguas comunidades.

Cómo llegar



Cultura, gastronomía y fiestas destacadas

La cultura de Mira combina tradición serrana, raíces agrícolas y un fuerte vínculo con su pasado íbero. Su gastronomía recoge la esencia de la comarca: platos de caza, migas, pisto de huerta o morteruelo, junto a dulces tradicionales que siguen acompañando las fiestas y celebraciones del pueblo.

Fiestas señaladas:

- Fiesta de San Blas: **3 de agosto.**
- Fiestas Patronales: (Virgen de la Asunción y San Roque) **del 15 al 18 de agosto.**



Recomendaciones



Casa Rural Mirasierra
Mira - 617 65 76 75

Camping Hoces de Mira
Mira - 695 90 66 91



Bar Restaurante Carlos
Mira - 617 67 72 82

Restaurante Piscina
Mira - 692 32 35 98

Puntos esenciales Mira

La visita a Mira y a Los Castellares permite conocer algunos de los lugares más representativos del pasado íbero de Mira:

- **Centro urbano de Mira:** Lugar perfecto para iniciar la visita y conocer la evolución histórica del municipio desde la presencia íbera hasta la actualidad.
- **Yacimiento de Los Castellares:** Asentamiento íbero en alto con restos de viviendas, muros y cerámicas.
- **Sendero de acceso:** Camino entre pinares y zonas elevadas, ideal para contextualizar el paisaje defensivo.
- **Cerro y miradores naturales:** Vistas panorámicas sobre el valle y las rutas que los íberos controlaban.

NECRÓPOLIS IBÉRICA: PUNTA DEL BARRIONUEVO Y CERRO GIL

Ayuntamiento de Iniesta

Plaza Mayor, 1 - 16235 Iniesta

Tel.: 967 49 00 02

eMail: concejaliaculturayturismo@iniesta.es

Web: www.iniesta.es



En el término municipal de Iniesta se alzan **dos elevaciones clave** para entender el poblamiento histórico de la Manchuela Conquense: **Punta del Barrionuevo y Cerro Gil**. Ambos cerros, utilizados desde la Prehistoria como lugares de vigilancia, refugio y control territorial, fueron especialmente importantes durante la **Edad del Bronce y, más tarde, en época ibérica**. Su posición dominante permitía observar rutas naturales, recursos agrícolas y caminos que conectaban los distintos asentamientos del valle.

Los **materiales arqueológicos recuperados en estos enclaves** —cerámicas, restos habitacionales y evidencias defensivas— **se conservan hoy en el Museo Arqueológico de Iniesta**, donde se puede descubrir el contexto cultural de los antiguos pobladores que ocuparon esta zona hace más de dos mil años.

Cómo llegar



Cultura, gastronomía y fiestas destacadas

Iniesta es un municipio que ha mantenido viva la relación entre territorio, tradición agrícola y patrimonio arqueológico. La cultura local está profundamente ligada al trabajo de la tierra, a los caminos históricos que unían los cerros con el valle. En lo gastronómico, Iniesta destaca por su tradición manchega y de la Manchuela: platos de campo como el ajoarriero, las gachas o el morteruelo; carnes asadas, guisos de caza y no puede faltar el vino, con una de las producciones más reconocidas de la comarca.

Fiestas señaladas:

- Fiestas Patronales: **agosto**.
- Romería de la Virgen de la Consolación: **junio**.



Recomendaciones



Hotel Rural Los Girasoles
Iniesta - 967 11 54 81

Casa Rural La Botica
Iniesta - 605 989 165

Hotel Los Cañas
Iniesta - 969 89 02 46



Mesón El Paseo
Iniesta - 967 49 10 89

Bar Restaurante Los Tejares
Iniesta - 967 49 10 92

Puntos esenciales Iniesta

Los cerros que rodean Iniesta ofrecen una lectura única del paisaje cultural y arqueológico. Estos son los lugares imprescindibles para comprender su valor:

- **Punta del Barrionuevo:** Mirador natural con panorámicas abiertas sobre Iniesta y su entorno agrícola.
- **Cerro Gil:** Uno de los enclaves arqueológicos más importantes del municipio.
- **Museo Arqueológico de Iniesta:** Punto clave de la visita. Aquí se conservan y exponen los materiales arqueológicos procedentes de Punta del Barrionuevo, Cerro Gil y otros yacimientos del municipio.
- **Viñedos y parajes de la Manchuela:** El entorno que rodea los cerros forma parte del corazón vitivinícola de la comarca, con paisajes de cultivo que acompañan la visita.



Los sabores
del Valle del Cabriel





Valle del Cabriel
Plan de Sostenibilidad Turística

5

LA GASTRONOMÍA
EN EL VALLE
DEL CABRIEL

CARNES Y CAZA: TRADICIÓN SERRANA EN CADA BOCADO



La matanza del cerdo ha sido tradicionalmente uno de los pilares de la alimentación local, de donde surgen embutidos, carnes y recetas tan emblemáticas como el **morteruelo**, un paté caliente elaborado con carne de caza y piezas del cerdo.

Otro plato esencial son las **gachas**, una comida contundente y muy típica del invierno, hechas con harina tostada, agua y carne de cerdo, que se comen directamente de la sartén acompañadas de pan.

El **gazpacho pastor** es uno de los grandes referentes de la zona: un guiso caldoso con carne de caza y trozos de torta cenceña desmigada, una torta sin levadura que marcó la cocina de los pastores durante siglos.

En épocas de escasez surgieron las **migas ruleras**, elaboradas con pan duro, ajo y aceite, y hoy enriquecidas con carne y chorizo.

El **cordero** también es protagonista, especialmente en la **caldereta**, un plato de pastores cocinado a base de carne de cordero, vino, ajo y laurel, muy habitual hoy en comidas populares y fiestas patronales.



Morteruelo Serrano

Ingredientes para 4 personas

- 250 g de hígado de cerdo
- 150 g de magro de cerdo o tocino fresco
- 150 g de carne de caza cocida (conejo, perdiz o liebre)
- 2–3 rebanadas de pan duro (o pan rallado grueso)
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharadita de pimentón dulce
- Especias al gusto: tomillo, orégano, nuez moscada y una pizca de clavo
- Caldo de cocción de la carne
- Aceite de oliva
- Sal

Preparación

1. Cocinar el hígado y el magro

En una sartén amplia con un poco de aceite, sofreír el hígado y el magro de cerdo troceados. Dorar bien para que tomen sabor.

2. Añadir los aromáticos

Incorporar los ajos picados, el pimentón y las especias. Remover rápido para que el pimentón no se queme.

3. Incorporar la carne de caza

Desmenuzar la carne de caza cocida y añadirla a la sartén. Mezcla todo durante unos minutos.

4. Triturar y ligar

Pasar la mezcla por una batidora o por un robot hasta obtener una crema espesa. Añadir un cucharón de caldo caliente para suavizar la textura.

5. Espesar con pan

Desmenuzar el pan duro y añadir poco a poco, remover hasta conseguir la textura clásica del morteruelo: espeso, untuoso y homogéneo.

6. Cocción final

Deja cocer a fuego muy lento 10–15 minutos, removiendo para que no se pegue y ajustando de sal y especias.



Maridaje ideal

Tinto crianza de Bobal (D.O. Manchuela)

La Bobal en crianza aporta estructura, tanino pulido y notas de fruta madura que equilibran el carácter intenso del morteruelo.

Tinto de Tempranillo con ligera crianza

Ideal si se busca un vino más suave pero con cuerpo suficiente para acompañar un plato tan contundente.

PESCADOS: SABORES DE RÍO QUE CUENTAN LA HISTORIA DEL CABRIEL



Aunque el Valle del Cabriel es una zona de interior, la tradición pesquera y los platos de pescado han estado siempre presentes gracias a las conservas, los salazones y, sobre todo, a los peces de río. Entre las recetas más emblemáticas destaca el **ajoarriero**, también conocido como **atascaburras** o **ajomortero**, una mezcla cremosa de bacalao, patata y ajo que nació como alimento práctico para arrieros, pastores y segadores, ya que se elaboraba con ingredientes fáciles de conservar durante los largos días de trabajo.

Además, los ríos y arroyos del Cabriel han aportado durante generaciones **truchas frescas y sabrosas**, muy apreciadas en la cocina local y protagonistas de numerosas preparaciones tradicionales.



Ajoarriero tradicional

Ingredientes para 4 personas

- 300 g de bacalao desalado
- 2 patatas medianas
- 2 dientes de ajo
- 1 huevo duro
- 120 ml de aceite de oliva virgen extra
- Sal al gusto
- (Opcional) un toque de pimentón o nuez moscada

Preparación

1. Cocer las patatas

Cocer las patatas con piel hasta que estén tiernas. Pela y aplástalas en caliente para obtener un puré grueso.

2. Preparar el bacalao

Desmenuzar el bacalao en tiras muy finas. Se puede cocer 3 minutos antes de desmigalar.

3. Machacar los ajos

Pelar los ajos y machácalos en un mortero hasta obtener una pasta. Este paso es clave para el sabor.

4. Mezclar la base

En un bol grande, mezclar las patatas, el bacalao y el ajo. Añadir poco a poco el aceite de oliva mientras se remueve, hasta que la mezcla quede cremosa.

5. Acabado y punto de sal

Añadir el huevo duro picado muy fino, mezclar bien y ajustar de sal.

Para que le resulte más aromático, añadir una pizca de pimentón o nuez moscada.



Maridaje ideal

Vino blanco joven de Macabeo (D.O. Manchuela)

Su frescura y acidez equilibran la untuosidad del bacalao y del aceite de oliva potenciando los matices salinos del plato.

Rosado de Bobal

Más afrutado y aromático, ideal si buscas un maridaje con más presencia, pero igualmente fresco.

LEGUMBRES Y VERDURAS: SABOR QUE NACE EN EL VALLE



La cocina vegetal del Valle del Cabriel refleja la estrecha relación entre sus habitantes y la tierra. Las **legumbres y las verduras han sido, durante siglos, la base de muchos platos cotidianos** y también de recetas asociadas a momentos especiales del año. Durante la Semana Santa, por ejemplo, adquieren un papel protagonista los **potajes tradicionales, elaborados con judías blancas y garbanzos** que se combinan con bacalao y con ingredientes de temporada. Entre ellos destacan **las collejas**, una planta silvestre muy valorada que se recolecta a comienzos de la primavera en los terrenos de labor y sus márgenes. En otras ocasiones se sustituyen por espinacas, aportando un sabor suave y característico.

Dentro de la cocina huertana sobresale también **el pisto**, un plato que aprovecha la abundancia de hortalizas del valle. Tomates, pimientos, cebollas, berenjenas y calabacines se cocinan lentamente hasta formar una fritada jugosa y aromática.



Potaje con Collejas

Ingredientes para 4 personas

- 300 g de garbanzos (puestos en remojo 12 h antes)
- 150 g de judías blancas (opcional, también remojadas)
- 250 g de bacalao desalado en migas
- 150–200 g de collejas frescas (o espinacas si no es temporada)
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 hoja de laurel
- 1 cucharadita de pimentón dulce
- 1 tomate rallado (o 2 cucharadas de tomate frito casero)
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal al gusto
- Agua suficiente para la cocción

Preparación

1. Cocer las legumbres

En una olla amplia, añadir los garbanzos (y las judías si las utilizas), cubrir con agua limpia y añade el laurel. Cocer 60' / 90'.

2. Preparar el sofrito

En una sartén, sofreír la cebolla muy picada en un chorro de aceite de oliva. Cuando esté transparente, añadir los ajos picados, el pimentón y el tomate rallado. Cocinar unos minutos hasta obtener un sofrito espeso y aromático.

3. Incorporar el bacalao

Añadir el bacalao desmigado al sofrito y remover un par de minutos para que tome sabor.

4. Juntar todo

Volcar el sofrito con el bacalao a la olla del potaje. Remover, ajustar de sal si es necesario y cocinar 10' para que se integren los sabores.

5. Añadir las collejas

Lavar bien las collejas, escurrirlas y añadirlas al potaje. Cocer 5' / 7' más, el tiempo justo para que se ablanden sin perder su textura y aroma silvestre.



Maridaje ideal

Tinto joven de Iniesta (D.O. Manchuela)

Su frescura, sus taninos suaves y su fruta roja armonizan con la untuosidad del bacalao y realzan las notas herbales de las collejas.

Tinto joven de Tempranillo de la zona,
ideal para quienes quieran un vino aún más suave y fácil de beber.

EL VINO EN EL VALLE

La Ruta del Vino de la Manchuela es una invitación a recorrer un territorio que lo tiene todo: naturaleza poderosa, pueblos con historia, bodegas familiares y la cultura gastronómica. Entre las provincias de Cuenca y Albacete, **la Manchuela se extiende como un mosaico** de viñedos, almendros y tierras fértiles alimentadas por **los ríos Júcar y Cabriel**, que han moldeado su paisaje y su identidad. A lo largo de la ruta, el viajero puede visitar bodegas singulares, conocer **variedades autóctonas como la Bobal**.

La Ruta del Vino de la Manchuela es, en esencia, **una experiencia que une cultura, naturaleza y sabor**. Un camino ideal para quienes buscan vivir el vino desde dentro, con calma y con los pies puestos en una tierra que sorprende a cada paso.

Escanea para saber más sobre la ruta





Valle del Cabriel

Plan de Sostenibilidad Turística



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



MINISTERIO
DE INDUSTRIA
Y TURISMO



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Castilla-La Mancha



DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA



Programa sobre el Patrimonio
de la Humanidad



Valle del
Cabriel