

NÚMERO 328

# FIESTAS

## Festa da Filloa

*Muimenta, 1 Maio*

Festa de Interese Turístico de Galicia

Recinto Feiral  
*"Manuel Vila"*



*Rosa de Gago*



CARTEL OFICIAL

JL PUBLICACIONES



Nº1 EN PUBLICACIONES DEPORTIVAS  
REVISTAS DE FIESTAS Y GUÍAS GASTRONÓMICAS

TIMESPORT · IFESTAS · GUÍAS GASTRONÓMICAS · FRANQUICIAS  
LA MEJOR PUBLICIDAD PARA TU EMPRESA

Síguenos en Redes Sociales



WWW.JLPUBLICACIONES.COM

# CAMISETAS POLOS SUDADERAS

OFERTA DIRECTA DE FÁBRICA

MEGA OFERTA

aquí  
tu logo

aquí  
tu logo

Tu logo  
aquí

3,75€

CAMISETAS  
CON GRABACIÓN

Pedido mínimo 50 unidades

POLOS

7,95€ + IVA

con Grabación

Pedido mínimo 25 unidades

SUDADERAS

9,95€ + IVA

con Grabación

Pedido mínimo 25 unidades

INFORMACIÓN Y PEDIDOS



698 140 808

[www.jlexclusivas.es](http://www.jlexclusivas.es)

- ✓ Ideal para:
- ✓ fiestas, peñas
- ✓ empresas,
- ✓ eventos deportivos



# IFIESTAS Festa

## da Filloa de Muimenta 2026



### IFIESTAS

#### EDITA:

JL PUBLICACIONES S.L.

#### ATENCIÓN AL CLIENTE:

T. +34 881 124 649

WEB: WWW.JLPUBLICACIONES.COM

E-MAIL: INFO@JLPUBLICACIONES.COM

#### DIRECCIÓN:

JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

#### EDITORIAL:

MONTSE LEDO

#### DISEÑO Y MAQUETACIÓN:

ANDREE MONTESINOS

#### PUBLICIDAD:

MERY TENREIRO

#### REDES SOCIALES:

CARLOS GARRIDO

JORDI URIACH

#### PORTADA:

CONCELLO DE COSPEITO

### STAFF



#### PROGRAMACIÓN:

CONCELLO DE COSPEITO

#### DEPÓSITO LEGAL:

C 129-2024

### EDITORIAL

#### Fiesta de la *Filloa*. La rendición de lo dulce.

Cospeito celebra su fiesta más dulce del año, la dedicada a uno de los postres gallegos más apreciados, la *filloa*. Declarada *Fiesta de Interés Turístico de Galicia*, el programa festivo incluirá actuaciones musicales, exhibición de artesanía y demostraciones a cargo de las *filloeiras* para poder observar el proceso de cocinado de las sabrosas filloas.

Para evitar sentimientos culpables si nos excedemos en el consumo de *filloas*, podemos responsabilizar a la biología de este escaso control. Nuestro idilio con el sabor dulce viene programado genéticamente cumpliendo una función evolutiva. Dicho mecanismo de supervivencia servía a nuestros ancestros para reconocer alimentos de energía inmediata como las frutas o la miel en entornos de escasez y les proporcionaba reservas energéticas. Nuestros receptores del gusto cuentan con una doble función: identificar alimentos densos energéticamente y rechazar los sabores que por amargos, puedan estar asociados a productos tóxicos o venenosos.

El problema es que nuestra fisiología sigue atrapada en un entorno de escasez y por ello resistirse a lo dulce es en ocasiones tarea difícil, puesto que el azúcar estimula nuestros circuitos de placer y recompensa motivándonos a repetir esta conducta.

Y por si esto no fuera suficiente, existe una relación muy estrecha entre nuestro estado de ánimo y el consumo de dulces, ya que éstos ayudan mediante procesos químicos a crear serotonina, llamada la *hormona de la felicidad*. Nuestro organismo busca sobre todo en estadios de bajo ánimo, un revulsivo que ayude a regularnos emocionalmente. Lo que se dice fácil, no lo tenemos.

La antropóloga Mary Douglas viene a nuestro rescate para recordarnos que el dulce activa también circuitos neuronales vinculados a la seguridad infantil siendo un remedio para el estrés de la vida moderna. Aceptar el alimento es reconocer a quien lo cocina y honrarlo dentro del ritual compartido de la fiesta, una forma de mantener la unidad del grupo.

Aunque solo sea por esto último, la *filloa*, bien merece esta celebración.

J.L. PUBLICACIONES S.L. informa que: Al amparo del Art. 32.1 de la Ley de Propiedad Intelectual, queda totalmente prohibida la reproducción total o parcial de artículos, fotografías y anuncios de esta publicación, sin autorización escrita de la Editorial. La Editorial no se responsabiliza de las opiniones, fotos y contenidos de sus colaboradores. La revista y la editorial, no se hace responsable de los posibles errores, cambios de horarios, direcciones y/o programa de fiestas.

Síguenos en: revistaifiestas



# PROGRAMACIÓN

*Venres 1 de maio*



**07:30 h.**

Apertura do Recinto Feiral “Manuel Vila López”

**08:00 h.**

Coméncase a elaborar filloas na máquina de Tartas Lestedo

**08:30 h.**

Entrada dos expositores de artesanía e dos produtos galegos de calidade

**09:00 h.**

Entrada de Fiolleiras e Fiolleiros

**10:00 h.**

Apertura das exposicións do Traxe Tradicional e Artesanía, así como a de Sempre en Galiza sobre Castelao do Centro de Artesanía e Deseño - CENTRAD da Área de Cultura, Patrimonio Histórico Artístico e Normalización Lingüística da Deputación Provincial de Lugo nas oficinas do Recinto Feiral

**10:30 h.**

Entrada do persoal de servizos, churrasqueiros e coméncase a quentar as parrillas

**11:00 h.**

Apertura do Museo da Zoca e da Escola Vella (ubicados ambos no campo da Igrexa Vella) por parte da directiva de Xotramu para toda a xente que desexe visitala, así como da exposición “E ti, de onde ves sendo?” do Colexio de Educación Infantil e Primaria de Muimenta. De valde.

**11:15 h.**

Actuación da “Escola de música e baile tradicional de A Pastoriza”.

**12:00 h.**

Actuación do Grupo de Música e Baile “Cántixas e Frores”

**13:00 h.**

Sesión Vermouth a cargo de Cosmedeejay da empresa Eventec

## CONSTRUCCIONES FOL&FER

consfolfer@gmail.com

Empresa que realiza trabajos de construcciones y de reformas en general. Presupuestos sin compromiso. Trabajos para particulares, empresas y comunidades.



**Avda Terra Chá 56 Baixo**

659 97 44 81

27260 Castro Ribeiras de Lea  
Castro de Rey – Lugo

**13:10 h.**

Degustación de xamón de porco celta, en colaboración con Asoporcel dentro do programa “Un gusto de rural un rural de gusto” da Área de Medio Rural e do Mar e Xuventude da Deputación Provincial de Lugo.

**13:30 h.**

Inauguración oficial da XXXV Festa da Filloa de Muimenta – Festa de Interese Turístico de Galicia

**13:40 h.**

Lectura do pregón a cargo do xornalista David Valverde Cabaleiro

**13:50 h.**

Entrega de premios aos gañadores do XXVI Concurso de Relato e Debuxo - Filloa 2026, tanto na súa modalidade de debuxo coma de relato.

**14:00 h.**

Sesión Vermouth a cargo da Cosmedeejay da empresa Eventec (continuación)

**14:10 h.**

Visita @s stand das filloeiras e dos filloeiros, así como dos churrasqueiros por parte das autoridades presentes.

**14:45 h.**

Xantar no pavillón ubicado dentro do Recinto Feiral “Manuel Vila López”.

**15:30 h.**

Actuación do grupo “Nuborio” de Outeiro de Rei, dentro do programa Tradigalu da Área de Cultura, Patrimonio Histórico Artístico e Normalización Lingüística da Deputación Provincial de Lugo

**15:30 h.**

Taller de Marroquinería, a cargo de Adriana Romani Posse, en colaboración co Centro de Artesanía e Deseño - CENTRAD da Área de Cultura, Patrimonio Histórico Artístico e Normalización Lingüística da Deputación Provincial de Lugo

**16:15 h.**

Actividades de agility con cans levadas a cabo por Tephira

**17:15 h.**

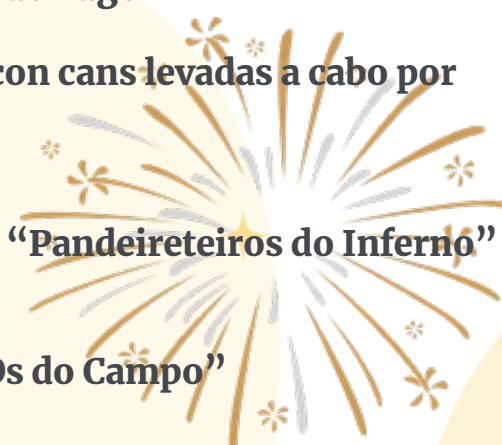
Actuación do grupo de “Pandeireteiros do Inferno”

**18:30 h.**

Actuación do grupo “Os do Campo”

**19:30 h.**

Clausura da XXXV Festa da Filloa e demais actividades enmarcadas no programa co fin de festa a cargo de Cosmedeejay da empresa Eventec.



FUENTE: WWW.LAVOZDEGALICIA.ES

**Cervecería  
La Goleta  
en Cospeito**

☎ 688 440 008

Cidade de Veria, 12 - FEIRA DO MONTE - 27377 - Cospeito

Cervecería y pub con buena música y buen ambiente. Desayunos, cafés, refrescos, tés e infusiones, zumos, vinos, cañas, cervezas (nacionales y de importación), combinados...

**¡VIERNES  
1 DE MAYO!  
DJ &  
¡CHURRASCADA!  
GRATIS!**

¡VICERREDO

CON CADA CONSUMICIÓN  
UNA TAPA DE CHURRASCADA  
GRATIS!



## FILLOA DE MUIENTA: LA RECETA MÁS FINA DE LA TRADICIÓN GALLEGA

En el municipio lucense de Muimenta, la filloa no es solo un dulce: es una seña de identidad. Este producto, profundamente arraigado en la cultura gastronómica de A Terra Chá, ha trascendido su origen humilde para convertirse en uno de los grandes símbolos de la cocina tradicional gallega, especialmente cada 1 de mayo con la celebración de su conocida fiesta.

La filloa de Muimenta se caracteriza por su extrema finura y su textura ligera, casi translúcida. A diferencia de otras elaboraciones similares, su superficie suele presentar pequeños agujeros, resultado de una cocción rápida y precisa que evidencia el carácter artesanal del proceso. Este detalle, lejos de ser un defecto, es precisamente uno de los rasgos más valorados por quienes conocen bien el producto.

Se trata de una variante dentro de la amplia familia de las filloas gallegas, emparentadas con los freixós o fillogas de otras zonas, pero con personalidad propia. Su versión más habitual es la elaborada con leche, lo que le aporta un sabor suave y equilibrado, aunque tradicionalmente también existieron variantes vinculadas a la matanza, en las que se utilizaba caldo o incluso sangre, reflejo de una cocina de aprovechamiento muy ligada al mundo rural.

El proceso de elaboración, aparentemente sencillo, esconde una técnica depurada que requiere práctica y precisión. Todo comienza con una masa líquida elaborada a base de harina de trigo, huevos, leche o agua y una pizca de sal. La mezcla debe tener una textura fluida, similar a una crema ligera, que permita extenderla con facilidad en la superficie de cocción.

desde  
  
**Ganados Paco**  
 Compra y venta de vacuno  
 Transporte de animales a subasta de Silleda  
 689 963 725  
 Bazar Castro de Rei  
 En confianza desde 1968

castro ribeiras de lea  
 - FRUTERIAS -  
  
 Marga  
 Terra Chá no - baixo

 **GEOCLIMA ST**  
 CLIMATIZACION - FRIO INDUSTRIAL  
 ENERGIAS RENOVABLES - CALEFACCION

**Instalaciones y Mantenimiento**  
 Rúa das Mercadorias, 121 - Polígono Industrial Ceao  
 Telf.: 982 814 147 - 636 462 063 • www.geoclimast.com

 Calefacción  
 Biomasa  
 Solar térmica  
 Refrigeración



Antes de cocinarla, es habitual dejar reposar la masa durante un tiempo, lo que favorece una mejor integración de los ingredientes. Mientras tanto, se prepara la superficie de cocinado, tradicionalmente una filloeira o sartén, que se engrasa con un trozo de tocino. Este gesto, heredado de generaciones anteriores, no solo evita que la masa se pegue, sino que aporta un matiz de sabor muy característico.

Una vez caliente la superficie, se vierte una pequeña cantidad de masa y se extiende rápidamente para cubrir toda la sartén. La cocción es breve, apenas unos segundos por cada lado, lo justo para que la filloa adquiera ese tono ligeramente dorado sin perder su flexibilidad. El resultado es una lámina

fina, delicada y fácil de manejar, que se va apilando una sobre otra conforme se van elaborando.

A la hora de consumirlas, las posibilidades son variadas. En Muimenta, lo más habitual es degustarlas solas o con un toque de azúcar o miel, aunque también pueden servirse rellenas o acompañando platos salados. Su versatilidad es una de sus grandes virtudes, permitiendo que cada casa o cada cocinero aporte su propio matiz. Más allá de la receta, la filloa de Muimenta representa una forma de entender la cocina basada en la sencillez, el respeto por el producto y la transmisión de conocimientos de generación en generación. Un ejemplo de cómo la tradición, cuando se mantiene viva, es capaz de convertir lo cotidiano en algo verdaderamente especial.



**Toaquatella**  
Lavandería Autoservicio

Lavandería autoservicio abierta los 365 días del año. Disponemos de 3 lavadoras (una de 9kg y dos de 17kg) y dos secadoras de 17kg. Lavado y secado de mantas, edredones, nórdicos, colada diaria, manteles, cortinas, etc. Máquina de cambio.

📍 Avda. Terra Chá, 56 Bajo - CASTRO RIBEIRAS DE LEA - 27260 - Castro de Rei (Lugo)

📶 En horario de  
7:00h a 23:00h

☎ 646 574 545





**JESPAR**  
CONSTRUCCIONES  
Y REFORMAS

Empresa dedicada a la construcción  
y reformas de todo tipo

**Especialistas en**

- Construcciones y reformas
- Tejados de pizarra
- Naves agrícolas e industriales
- Fosas y muros de hormigón

🌐 [www.jespar.es](http://www.jespar.es)    ✉ [jespar@gmail.com](mailto:jespar@gmail.com)

☎ 636 881 796 | 686 118 644    📍 San Martín de Corbelle - Pastoriza (Lugo)



## MUIMENTA VUELVE A RENDIRSE A SU DULCE MÁS EMBLEMÁTICO EN LA XXXV FESTA DA FILLOA

La localidad lucense de Muimenta, en pleno corazón de A Terra Chá, se prepara para acoger una nueva edición de una de sus citas más reconocidas. El próximo 1 de mayo, el recinto ferial Manuel Vila será el escenario de la XXXV Festa da Filloa, un evento que ha logrado consolidarse como uno de los grandes referentes gastronómicos de la provincia de Lugo.

Con más de tres décadas de trayectoria, esta celebración ha evolucionado desde una iniciativa local hasta convertirse en un atractivo turístico de primer nivel. Cada año, cientos de visitantes se acercan a Muimenta para disfrutar de una jornada en la que la gastronomía, la música y la cultura popular se entrelazan en torno a un producto tan sencillo como representativo: la filloa.

El programa de esta edición volverá a situar en el centro de la jornada la degustación de este dulce tradicional. A lo largo del día, los asistentes podrán probar filloas elaboradas de manera artesanal, siguiendo recetas que se han transmitido de generación en generación. Desde las versiones más clásicas, espolvoreadas con azúcar, hasta propuestas rellenas de crema, miel o chocolate, la variedad será uno de los grandes atractivos de la cita.

El momento institucional llegará a las 13.30 horas con el pregón, que en esta ocasión correrá a cargo del periodista David Valverde Cabaleiro. Este acto marcará el inicio oficial de la fiesta y servirá también como escenario para la entrega de los premios del concurso de relato y dibujo dedicados



PORCO CELTA

### Granja Porcina O Cibrao

Granja dedicada a la cría y venta de porco celta de todas las edades. Estos cerdos son criados en extensivo y alimentados de forma natural. Venta de los animales vivos. Vendemos embutidos e salazons.

670 982 709

✉ josevegaeiras@gmail.com

📍 Lugar O Cibrao, 1 - OUTEIRO - 27256 - Castro de Rei (Lugo)





a la filloa, una iniciativa que refuerza el vínculo entre tradición y comunidad.

Más allá de la vertiente gastronómica, la Festa da Filloa mantiene un fuerte componente cultural y social. La implicación de asociaciones, instituciones y vecinos ha sido clave para mantener viva una celebración que no solo promociona un producto, sino también una forma de entender la cocina y la convivencia. Durante toda la jornada, el ambiente festivo se completará con música y actividades pensadas para todos los públicos.

La filloa, protagonista indiscutible del evento, representa mucho más que un dulce. Su origen humilde, ligado a las cocinas rurales gallegas, la ha convertido en un símbolo de la gastronomía tradicional. Elaborada con ingredientes básicos

como harina, huevos y leche o caldo, su éxito reside en la textura fina y suave, así como en su versatilidad, que permite adaptarla tanto a preparaciones dulces como saladas.

En la comarca de A Terra Chá, este producto forma parte del calendario festivo y de la identidad local. Su presencia en celebraciones populares y su arraigo en la tradición familiar explican el éxito de una fiesta que ha sabido crecer sin perder su esencia.

La XXXV Festa da Filloa de Muimenta se presenta así como una oportunidad para descubrir, en un solo día, el valor de una receta que ha trascendido generaciones. Una cita que invita a detenerse, saborear y entender cómo, a partir de lo sencillo, se construyen algunas de las tradiciones más duraderas.



**ENERXIA NO LAR**

Asesoría Energética

Consúltanos tus facturas de Luz y Gas

Carlos Parga Novo  
enerxia@nolar.es

Telf: 982 82 65 42  
Móvil: 600 48 23 88

📍 Oficinas: BURELA - FOZ - MUIMENTA - LUGO



## MUIMENTA: NATURALEZA, HISTORIA Y VIDA RURAL EN EL CORAZÓN DE A TERRA CHÁ

Situada en el municipio de Muimenta, esta localidad lucense es uno de esos destinos que sorprenden por su autenticidad. Alejada de los grandes focos turísticos, Muimenta ofrece al visitante una combinación de paisajes abiertos, patrimonio histórico y una vida cultural muy activa, enmarcada en la llanura característica de A Terra Chá.

Uno de los principales atractivos de la zona es su entorno natural. La Laguna da Barreira, muy próxima al núcleo de Muimenta, se ha convertido en un enclave de referencia para los amantes de la ornitología. Este humedal acoge numerosas especies de aves acuáticas, especialmente en épocas de migración, lo que lo convierte en un lugar ideal para la observación tranquila de la fauna. A pocos kilómetros se encuentra la Laguna de Cospeito, otro espacio de gran valor ecológico que completa la experiencia para quienes buscan contacto directo con la naturaleza.

Más allá de sus paisajes, Muimenta conserva también interesantes ejemplos de arquitectura tradicional. El Pazo da Acernada, aunque de carácter privado, es una muestra representativa de las antiguas casas señoriales gallegas, vinculadas a la historia rural de la comarca. A ello se suma el antiguo molino del Carboeiro, donde todavía se pueden apreciar elementos originales que evocan la importancia que tuvieron estas construcciones en la economía local.

El pasado más remoto de Muimenta también deja su huella en el territorio. Las medorras de Regavella, túmulos funerarios de origen prehistórico, evidencian la presencia humana en la zona desde tiempos muy antiguos. Estos vestigios arqueológicos permiten comprender la evolución histórica de un territorio que ha sabido mantener su esencia a lo largo de los siglos.

La vida en Muimenta no se entiende sin su fuerte identidad colectiva. El dinamismo social y cultural es uno de sus rasgos más distintivos, con eventos que reflejan el carácter participativo de sus vecinos. Entre ellos destaca la Moexmu, una feria dedicada a la maquinaria agrícola y a los productos locales que pone en valor el peso del sector primario en la comarca.

En los alrededores, el visitante puede completar la ruta con otros puntos de interés del municipio de Cospeito, como la Torre de Caldaloba o el Pazo de Sistallo, además de áreas recreativas como la de Xustás, ideales para disfrutar de una jornada al aire libre.

Muimenta se presenta así como un destino que invita a descubrir la Galicia más pausada, donde la naturaleza, la historia y la tradición conviven sin artificios. Un lugar perfecto para quienes buscan una experiencia auténtica en el interior de la provincia de Lugo.

# ESPECIAL HOSTELERÍA Y COMERCIO

Equipa a tu equipo con polos, camisetas, delantales  
y chaquetillas personalizadas ¡a precios  
a precios imbatibles!



¡Diferénciate con polos, camisetas, chaquetillas  
y delantales personalizados

**Pablo García**

✉ [exclusivas.jloficial@gmail.com](mailto:exclusivas.jloficial@gmail.com)

☎ 684 656 696

# ¡OFERTA EXCLUSIVA!

PARA COMISIONES DE FIESTAS  
Y GRANDES EVENTOS



## INFORMACIÓN Y PEDIDOS

- ✓ Revista impresa A4 • Todo color • 24 páginas
- ✓ Camiseta algodón 100% o técnica
- ✓ Pañuelo poliéster 100x70cm

## PEDIDO MÍNIMO: 100 UNIDADES

- ✓ Todos los colores, todas las tallas
- ✓ Consultar otras cantidades



**698 140 808**

[www.jlexclusivas.es](http://www.jlexclusivas.es)