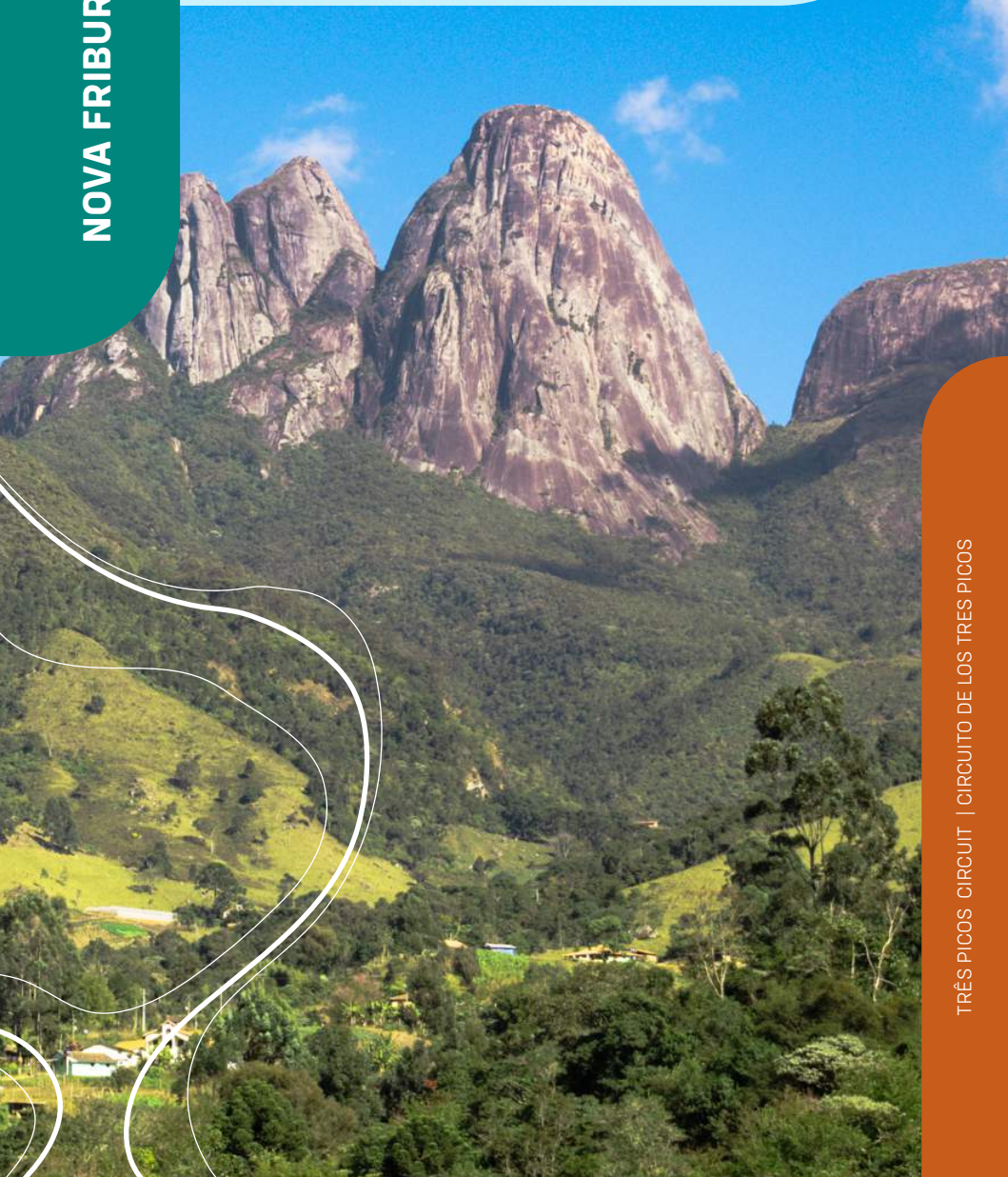




NOVA FRIBURGO | RJ

CIRCUITO

Três Picos



TRÊS PICOS CIRCUIT | CIRCUITO DE LOS TRES PICOS

CIRCUITO

Três Picos

A variada topografia e a notável exuberância da Mata Atlântica, preservadas em grande parte do território da região dos Três Picos, localizada na Baixada de Salinas, no município de Nova Friburgo, impõem a busca de alternativas de desenvolvimento que incorporem como princípio básico a preservação de seus recursos naturais. Para habitantes, visitantes e turistas, são inúmeras alternativas de lazer e oportunidades de trabalho e aprendizagem sobre comportamento e cultura da preservação ambiental.

A região oferece diferentes opções de trilhas e escaladas, além de restaurantes, pousadas e refúgios, totalmente integrados à natureza exuberante, envoltos na atmosfera de paz e tranquilidade do Parque Estadual dos Três Picos.

Criado em 5 de junho de 2002 e ampliado em 2009, o Parque Estadual dos Três Picos é a maior Unidade de Conservação de proteção integral administrada pelo Estado, e abrange áreas de cinco municípios: Cachoeiras de Macacu, Nova Friburgo, Teresópolis, Guapimirim e Silva Jardim. Dentro de seus limites encontra-se o mais elevado índice de biodiversidade de todo o estado do Rio de Janeiro.

O seu nome evoca o importante conjunto de montanhas formado pelos Picos Menor, Médio e Maior, sendo este considerado o ponto culminante de toda a Serra do Mar, com seus 2.366 m de altitude. Em sua base está o Vale dos Deuses, ponto de partida para as diversas trilhas existentes no Parque.

O Parque Estadual dos Três Picos é referência para a prática de montanhismo, sendo considerado o paraíso dos escaladores. Além de apresentar belos cenários, ostenta um dos mais extraordinários conjuntos de montanhas de todo o país.

Parque Estadual dos Três Picos - Maior parque estadual do Rio de Janeiro
Aberto todos os dias - 8:00 às 17:00 | Entrada Gratuita | Telefone: (21) 2649-6847
@parqueestadualdostrespicos

TRÊS PICOS CIRCUIT

The varied topography and remarkable exuberance of the Atlantic Forest, preserved in a large part of the territory of the Três Picos region, located in Baixada de Salinas, in the municipality of Nova Friburgo, impose the search for development alternatives that incorporate the preservation of its natural resources as a basic principle. For residents, visitors, and tourists, there are numerous leisure options and opportunities for work and learning about environmental preservation behavior and culture.

The region offers different options for trails and climbing, as well as restaurants, guesthouses, and refuges, fully integrated into the exuberant nature, surrounded in the atmosphere of peace and tranquility of the Três Picos State Park.

Established on June 5, 2002, and expanded in 2009, the Três Picos State Park is the largest full protection Conservation Unit managed by the State and covers areas in five municipalities: Cachoeiras de Macacu, Nova Friburgo, Teresópolis, Guapimirim, and Silva Jardim. Within its boundaries lies the highest biodiversity rate in the entire state of Rio de Janeiro.

Its name evokes the important set of mountains formed by the Lesser, Middle, and Greater Peaks, with the latter being considered the highest point in the entire Serra do Mar, with its altitude of 2,366 meters. At its base is the Valley of the Gods, the starting point for the various trails in the Park.

The Três Picos State Park is a reference for mountaineering, being considered a paradise for climbers. In addition to presenting beautiful landscapes, it boasts one of the most extraordinary sets of mountains in the entire country.

CIRCUITO DE LOS TRES PICOS

La variada topografía y la notable exuberancia de la Mata Atlántica, preservada en gran parte del territorio de la región de los Tres Picos, ubicada en Baixada de Salinas, en el municipio de Nova Friburgo, imponen la búsqueda de alternativas de desarrollo que incorporen como principio básico la preservación de sus recursos naturales. Para habitantes, visitantes y turistas, hay numerosas alternativas de ocio y oportunidades de trabajo y aprendizaje sobre el comportamiento y la cultura de la preservación ambiental.

La región ofrece diferentes opciones de senderos y escaladas, además de restaurantes, posadas y refugios, totalmente integrados en la exuberante naturaleza, envueltos en la atmósfera de paz y tranquilidad del Parque Estatal de los Tres Picos.

Creado el 5 de junio de 2002 y ampliado en 2009, el Parque Estatal de los Tres Picos es la mayor Unidad de Conservación de protección integral administrada por el Estado, y abarca áreas de cinco municipios: Cachoeiras de Macacu, Nova Friburgo, Teresópolis, Guapimirim y Silva Jardim. Dentro de sus límites se encuentra el índice de biodiversidad más alto de todo el estado de Río de Janeiro.

Su nombre evoca el importante conjunto de montañas formado por los Picos Menor, Medio y Mayor, siendo este último considerado el punto culminante de toda la Sierra del Mar, con sus 2.366 metros de altitud. En su base se encuentra el Valle de los Dioses, punto de partida para los diversos senderos existentes en el Parque.

El Parque Estatal de los Tres Picos es una referencia para la práctica de montañismo, siendo considerado el paraíso de los escaladores. Además de presentar hermosos escenarios, ostenta uno de los conjuntos de montañas más extraordinarios de todo el país.

CAFÉ NA MONTANHA

EMPÓRIO SINHA LINA

Que tal saborear um lindo e delicioso café da manhã com vista pros Três Picos, antes de desfrutar um dia na montanha? Preparamos um conjunto de itens da região com um café completo, feito com muito carinho para quem deseja uma experiência completa e especial. Gostou da ideia? Reúna seus amigos e agende um café na montanha com a gente!

📍 Três Picos – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ

☎️ (22) 99996-1527

📷 @emporiosinhalina



MOUNTAIN BREAKFAST

How about tasting a beautiful and delicious breakfast with a view of the Três Picos before enjoying a day in the mountains? We have prepared a selection of local items along with a complete breakfast, made with love for those who desire a full and special experience. Enjoyed the idea? Gather your friends and schedule a mountain breakfast with us!

DESAYUNO EN LA MONTAÑA

¿Qué tal saborear un hermoso y delicioso desayuno con vista a los Tres Picos antes de disfrutar de un día en la montaña? Hemos preparado una selección de productos locales junto con un desayuno completo, hecho con amor para aquellos que desean una experiencia completa y especial. ¿Te gustó la idea? ¡Reúne a tus amigos y programa un desayuno en la montaña con nosotros!

LUAU SINHÁ LINA

EMPÓRIO SINHA LINA

Venha comemorar o novo ciclo da lua no Sinhá Lina! Em cada lua cheia do mês, o Empório reunimos todos da região e redondezas para festejar uma noite com música ao vivo, fogueira, vista pra montanha, vinhos, cervejas artesanais e muita troca de ideias. Fiquem ligados na programação e atrações no nosso Instagram e venha curtir a nossa #sinhalinavibe.

📍 Três Picos – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ

🕒 Não tem

☎️ (22) 99996-1527

📷 @emporiosinhalina



SINHÁ LINA LUAU

Come celebrate the new cycle of the moon at Sinhá Lina! On every full moon of the month, we gather everyone from the region and surrounding areas at the Empório to celebrate a night with live music, bonfire, mountain view, wines, craft beers, and lots of exchanging of ideas. Stay tuned to the schedule and attractions on our Instagram and come enjoy our #sinhalinavibe.

LUAU SINHÁ LINA

¡Ven a celebrar el nuevo ciclo de la luna en Sinhá Lina! En cada luna llena del mes, en el Empório reunimos a todos de la región y alrededores para festejar una noche con música en vivo, fogata, vista a la montaña, vinos, cervezas artesanales y mucho intercambio de ideas. Mantente atento a la programación y atracciones en nuestro Instagram y ven a disfrutar de nuestra #sinhalinavibe.

ALMOÇO NA ROÇA: PODE ENTRAR, A CASA É SUA!

RESTAURANTE RANCHO DO RIACHO

No Restaurante Rancho do Riacho você alimenta o corpo e a alma, saboreando uma comida caipira direto no fogão a lenha, onde você se serve à vontade, com aquele gostinho da simplicidade típica da roça e com produtos colhidos no próprio sítio. As sobremesas são uma delícia à parte!!! As flores comestíveis e as ervas do jardim chamam atenção na carta de drinks. E o chopp artesanal ofertado é produção própria com direito a visita a mini cervejaria da propriedade.

📍 Três Picos – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ

🕒 Não tem

☎️ (22) 99931-7119/98180-7388

📷 @restauranteranchodoriacho



LUNCH IN THE COUNTRYSIDE: COME IN, MAKE YOURSELF AT HOME!

At Rancho do Riacho Restaurant, you can nourish your body and soul by tasting rustic countryside food cooked on a wood-burning stove. You can help yourself to your heart's content, enjoying the authentic flavors of simplicity from the countryside, with ingredients harvested right on the farm. The desserts are a true delight!!! Edible flowers and garden herbs add a special touch to the drink menu. The offered craft beer is brewed on-site, and you can even visit the mini brewery on the property.

ALMUERZO EN EL CAMPO: ¡PASA, LA CASA ES TUYA!

En el Restaurante Rancho do Riacho podrás alimentar tanto tu cuerpo como tu alma, disfrutando de una comida campera preparada en cocina a lenha, donde te sirves a voluntad y disfrutas del sabor típico y sencillo del campo con productos cosechados en la misma finca. ¡Los postres son deliciosos por sí solos! Las flores comestibles y las hierbas del jardín destacan en la carta de bebidas. Además, ofrecemos cerveza artesanal producida en el lugar, con la posibilidad de visitar nuestra pequeña cervecería.

ALIMENTO DA ALMA NO ATMANANDA

RESERVA TRÊS PICOS CHALÉS

Em retiros com duração de 3 dias é ofertada uma jornada em direção à paz interior. Através de ferramentas do Yoga, meditação e do contato íntimo com a natureza, exploramos a capacidade do corpo, mente e espírito de se regenerar e se reequilibrar no Atmananda, um local com uma energia incrível e com uma vista deslumbrante para o Três Picos. As acomodações individuais, duplas ou triplas também são todas com vista para os Três Picos, um convite à contemplação. Confira as programações nas redes sociais e agende seu grupo.

📍 Estrada Baixada de Três Picos, km 1,9 – Salinas – Nova Friburgo/RJ

🌐 www.reservatrespicoschales.com

☎️ (22) 99997-1672

📷 @reservatrespicoschales e @atmananda_3



NOURISHING THE SOUL AT ATMANANDA

During 3-day retreats, we offer a journey towards inner peace. Through the tools of Yoga, meditation, and intimate contact with nature, we explore the body, mind, and spirit's capacity to regenerate and rebalance at Atmananda, a place with incredible energy and breathtaking views of the Três Picos. The individual, double, and triple accommodations all offer a view of the Três Picos, inviting contemplation. Check the schedules on our social media platforms and book your group.

ESPAÑOL: ALIMENTO PARA EL ALMA EN ATMANANDA

Durante retiros de 3 días, ofrecemos un viaje hacia la paz interior. A través de herramientas del Yoga, meditación y un contacto íntimo con la naturaleza, exploramos la capacidad del cuerpo, mente y espíritu para regenerarse y reequilibrarse en Atmananda, un lugar con una increíble energía y vistas impresionantes de los Três Picos. Las habitaciones individuales, dobles o triples también ofrecen vistas a los Três Picos, invitando a la contemplación. Consulta los horarios en nuestras redes sociales y reserva tu grupo.

TERAPIA ESTELAR

RESERVA TRÊS PICOS CHALÉS

Venha viver uma noite com as estrelas, na terapia estelar do Reserva Três Picos Chalés! Devido a quase nenhuma poluição luminosa, temos o privilégio de estar numa das melhores regiões para observação astronômica do Brasil. E assim, a oportunidade de contemplar, refletir e repousar sob a imensidão da via láctea. Preparamos para você momentos inesquecíveis para descansar o seu pensamento, com música, fogueira e bebidinhas de aquecer o corpo e o coração!

📍 Três Picos – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ

🌐 www.reservatrespicoschales.com

☎ (22) 99997-1672

📷 @reservatrespicoschales

STELLAR THERAPY

Come and experience a night with the stars at Reserva Três Picos Chalés' stellar therapy! Due to minimal light pollution, we have the privilege of being in one of the best regions for astronomical observation in Brazil. This gives you the opportunity to contemplate, reflect, and rest under the vastness of the Milky Way. We have prepared unforgettable moments for you to relax your mind, with music, a bonfire, and heartwarming drinks!

TERAPIA ESTELAR

¡Ven a vivir una noche con las estrellas en la terapia estelar de Reserva Três Picos Chalés! Debido a la escasa contaminación lumínica, tenemos el privilegio de estar en una de las mejores regiones de Brasil para la observación astronómica. Esto te brinda la oportunidad de contemplar, reflexionar y descansar bajo la inmensidad de la Vía Láctea. ¡Hemos preparado momentos inolvidables para que puedas relajar tu mente, con música, una hoguera y bebidas reconfortantes que calentarán tu cuerpo y tu corazón!

AGROTURISMO NA MONTANHA

REFÚGIO E RESTAURANTE TRÊS PICOS

Que tal vivenciar uma experiência gastronômica a 1200 metros de altitude bem embaixo dos Três Picos que são as montanhas mais altas da Serra do Mar? O cardápio do restaurante é desenvolvido com os produtos colhidos na propriedade através da agricultura orgânica, respeitando a natureza, diversificando nas estações e experimentando novas culturas agrícolas. E ainda conhecer um pouco mais do dia a dia de uma produtora rural. Na propriedade também é ofertada uma cerveja artesanal com produção exclusiva e hospedagem para montanhistas e aventureiros que frequentam a região.

📍 Três Picos – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ

☎ (22) 99611-1110

📷 @refugiotrespicos

AGROTOURISM IN THE MOUNTAINS

How about experiencing a gastronomic adventure at an altitude of 1200 meters right under the Três Picos, which are the tallest mountains in the Serra do Mar? The restaurant's menu is developed with products harvested from the property through organic farming, respecting nature, diversifying with the seasons, and experimenting with new agricultural cultures. You'll also have the opportunity to learn more about the daily life of a rural producer. The property also offers exclusive artisanal beer production and accommodation for mountaineers and adventurers who visit the region.

AGROTURISMO EN LA MONTAÑA

¿Qué tal vivir una experiencia gastronómica a 1200 metros de altitud, justo debajo de los Tres Picos, que son las montañas más altas de la Serra do Mar? El menú del restaurante se desarrolla con productos cosechados en la propiedad a través de la agricultura orgánica, respetando la naturaleza, diversificando con las estaciones y experimentando nuevas culturas agrícolas. También tendrás la oportunidad de conocer más sobre la vida cotidiana de una productora rural. En la propiedad también se ofrece producción exclusiva de cerveza artesanal y alojamiento para montañeros y aventureros que visitan la región.



CONTOS DE FOTOS

CARLA MARIA

Venha desvendar os Três Picos e toda a exuberância de suas montanhas, em beleza, cores, saberes e sabores, através de vivências fotográficas, acompanhados por uma fotógrafa apaixonada pela profissão, que registra momentos família há mais de 10 anos. É possível construir uma memória visual da família e/ou dos amigos para aquelas pessoas que reconhecem o valor de terem também suas histórias contadas em imagens com um cenário de natureza privilegiada.

📍 Três Picos – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ

🌐 www.contosdefotos.com.br

📷 @contosdefotos

☎️ (21) 99744-2338



PHOTO TALES

Come and unravel the Três Picos and all the exuberance of its mountains, in beauty, colors, knowledge, and flavors, through photographic experiences accompanied by a photographer passionate about her profession, who has been capturing family moments for over 10 years. It is possible to build a visual memory of your family and/or friends for those who recognize the value of having their stories told through images in a privileged natural setting.

CUENTOS FOTOGRÁFICOS

Ven y descubre los Tres Picos y toda la exuberancia de sus montañas, en belleza, colores, conocimientos y sabores, a través de experiencias fotográficas acompañadas por una fotógrafa apasionada por su profesión, que ha estado capturando momentos familiares durante más de 10 años. Es posible construir una memoria visual de tu familia y/o amigos para aquellos que reconocen el valor de contar sus historias en imágenes en un entorno natural privilegiado.

ORGÂNICOS EM AMBIENTE DE MONTANHAS

SÍTIO RECANTO DAS ORQUÍDEAS

Se você gosta de usufruir momentos de lazer junto à natureza e pretende viver uma experiência na vida rural, venha conhecer o Sítio Recanto das Orquídeas. Visite a estufa de orgânicos certificados e faça uma colheita na lavoura (Colhe e Pague). Passeie pela propriedade, pratique pesca esportiva no Lago de Tilápias, aprecie a vista das montanhas. A propriedade também oferta um aconchegante Abrigo, onde você pode se hospedar com a sua família e agendar com o proprietário passeios (trilhas) para conhecer os encantos do Parque Estadual de Três Picos.

📍 Três Picos – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ

☎️ (21) 98565-6879

ORGANICS IN A MOUNTAIN ENVIRONMENT

If you enjoy leisure moments in nature and want to experience rural life, come and visit the Recanto das Orquídeas Farm. Explore the certified organic greenhouse and have a harvest in the fields (Pick your own and Pay). Take a stroll around the property, enjoy sport fishing in the Tilapia Lake, and admire the mountain views. The property also offers a cozy Shelter where you can stay with your family and arrange guided tours (trails) with the owner to discover the charms of the Três Picos State Park.

ORGÂNICOS EN UN ENTORNO DE MONTAÑA

Si te gusta disfrutar de momentos de ocio junto a la naturaleza y quieres vivir una experiencia en la vida rural, ven a conocer la Finca Recanto das Orquídeas. Visita el invernadero de productos orgánicos certificados y realiza una cosecha en los campos (Cosecha y Paga). Pasea por la propiedad, practica la pesca deportiva en el Lago de Tilapias y admira las vistas de las montañas. La propiedad también ofrece un acogedor Refugio donde puedes hospedarte con tu familia y programar excursiones (senderos) con el propietario para descubrir los encantos del Parque Estatal Três Picos.

VIVÊNCIA ECOLÓGICA COM AS ABELHAS

SÍTIO SABIÁ UNA

Venha conhecer de perto um projeto de preservação das abelhas nativas sem ferrão e o dia a dia da produção de mel no Sítio Sabiá Una. Viva uma experiência ecopedagógica no contato com as abelhas em seu habitat natural, um paraíso escondido a 1500 metros de altitude. A visita inclui passeio de 4x4, pequena caminhada para o mirante onde pode-se avistar os Três Picos e uma deliciosa degustação de mel e outros produtos da região.

📍 Salinas – Nova Friburgo/RJ
☎️ (21) 99922-3453/98207-9104
📷 @sabiá_una

ECOLOGICAL EXPERIENCE WITH BEES

Come and get up close with a native stingless bee preservation project and experience the day-to-day life of honey production at the Sabiá Una Farm. Live an eco-educational experience as you interact with bees in their natural habitat, a hidden paradise at 1500 meters above sea level. The visit includes a 4x4 ride, a short walk to the lookout point where you can see the Três Picos, and a delightful tasting of honey and other regional products.

EXPERIENCIA ECOLÓGICA CON LAS ABEJAS

Ven a conocer de cerca un proyecto de preservación de abejas nativas sin aguijón y descubre el día a día de la producción de miel en la Finca Sabiá Una. Vive una experiencia ecoeducativa al interactuar con las abejas en su hábitat natural, un paraíso escondido a 1500 metros de altitud. La visita incluye un paseo en 4x4, una pequeña caminata hasta el mirador donde se pueden ver los Tres Picos y una deliciosa degustación de miel y otros productos de la región.

CAFÉ, BROA E PROSA COM A DODOCA

SÍTIO SÃO JORGE

Tradição familiar, cultural e totalmente artesanal, mulheres fortes que mantêm a tradição da culinária familiar, mas sempre buscando novas receitas deliciosas. Com uma vista maravilhosa aos pés dos Três Picos, você encontra, sabor do amor de família, com muita tradição e boas histórias. Aqui você pode reunir a família para desfrutar das maravilhas da natureza acompanhado de um delicioso café da manhã, com nossas iguarias famosas, a broa de planta centenária feita no forno a lenha e o delicioso pão de mel artesanal, e outras delícias da região.

📍 Três Picos – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ
☎️ (22) 99971-1008/98187-7699
📷 @broadadodocatrespicos

COFFEE, CORNBREAD, AND CONVERSATION WITH DODOCA

A family tradition, rich in culture and entirely artisanal, strong women who uphold the tradition of family cooking while constantly seeking new delicious recipes. With a marvelous view at the foot of the Três Picos you will find the flavor of family love, with plenty of tradition and good stories. Here, you can gather your family to enjoy the wonders of nature accompanied by a delicious breakfast, featuring our famous cornbread made in a wood-fired oven and delightful handmade honey bread, as well as other regional delicacies.

CAFÉ, PAN Y CHARLA CON DODOCA

Una tradición familiar, cultural y totalmente artesanal, mujeres fuertes que mantienen la tradición de la cocina familiar pero siempre buscando nuevas y deliciosas recetas. Con una vista maravillosa a los pies de los Tres Picos, encontrarás el sabor del amor familiar, con mucha tradición y buenas historias. Aquí puedes reunir a tu familia para disfrutar de las maravillas de la naturaleza acompañado de un delicioso desayuno, con nuestras famosas delicias, el pan de maíz centenario hecho en horno de leña y el delicioso pan de miel artesanal, y otras delicias de la región.



- 1 ☕ CAFÉ NA MONTANHA
- 2 🍷 LUAU SINHA LINA
- 3 🍴 ALMOÇO NA ROÇA: PODE ENTRAR, A CASA É SUA!
- 4 🍴 ALIMENTO DA ALMA NO ATMANANDA
- 5 🏠 TERAPIA ESTELAR
- 6 🌿 AGROTURISMO NA MONTANHA
- 7 📷 CONTOS DE FOTOS
- 8 🌿 ORGÂNICOS EM AMBIENTE DE MONTANHAS
- 9 🐝 VIVÊNCIA ECOLÓGICA COM AS ABELHAS
- 10 ☕ CAFÉ, BROA E PROSA COM A DODOCA
- 11 ☕ CAFÉ, PROSA E PASSEIO NA HORTA ORGÂNICA
- 12 🍴 BOLO DE AIPIM AFETIVO
- 13 🍴 DELÍCIAS DO LÍBANO NA CABANA
- 14 🍴 TRUTA GRElhADA NO BUTECO
- 15 🏠 ENCANTOS DO RECANTO
- 16 🍴 COSTELA DE CHÃO RURAL
- 17 🌿 REFÚGIO NAS MONTANHAS DOS TRÊS PICOS
- 18 🍴 SABORES DA ROÇA E O "CONTADOR DE CAUSOS"
- 19 ☕ CAFÉ CULTURAL NA ROÇA
- 20 🏠 FEIRA MULHERES DA MONTANHA
- 21 🍴 TRUTAS DA CHEF TENILZA

VIAJE NO MAPA!

Travel the map! | ¡Viaja por el mapa!

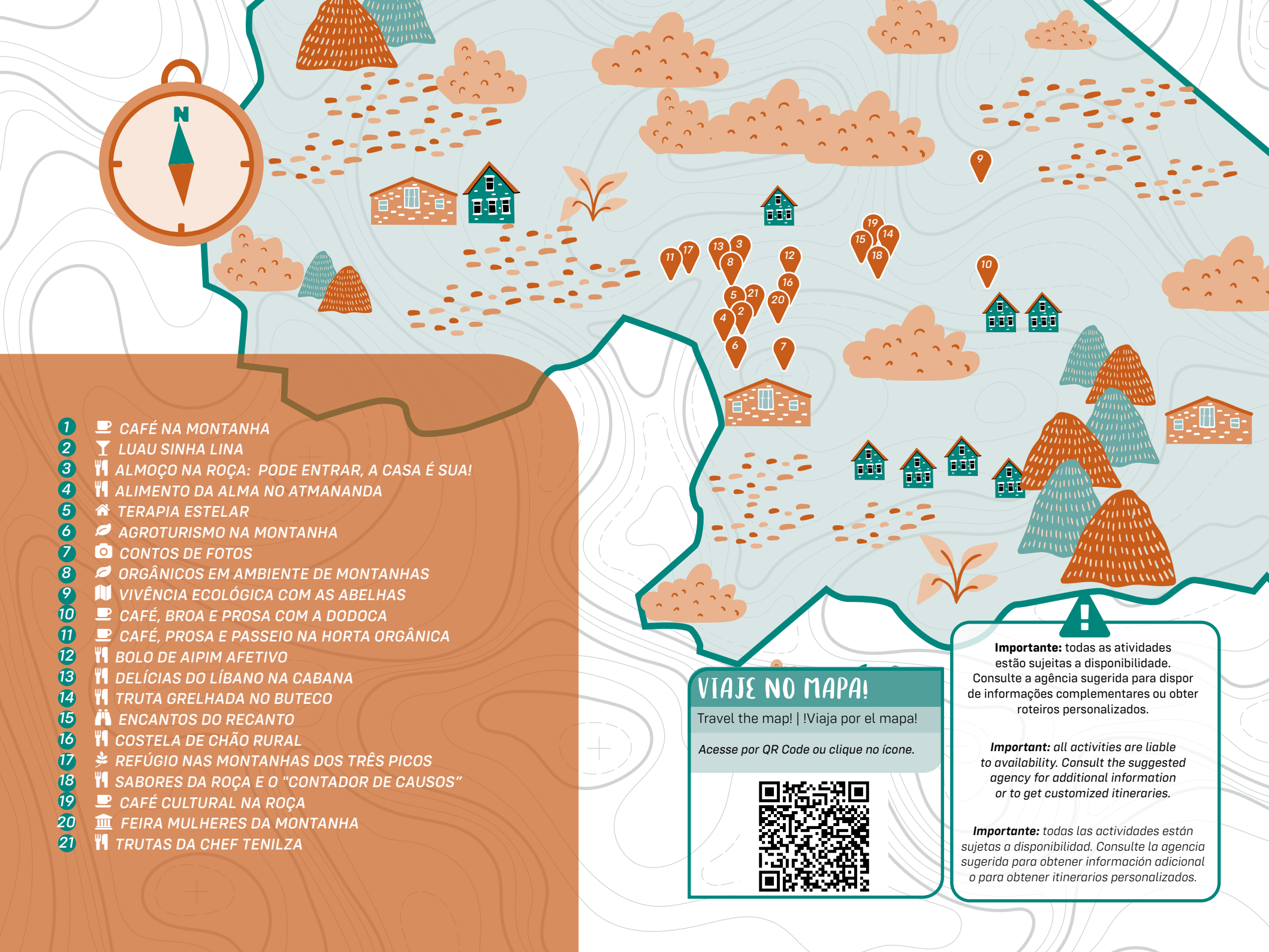
Acesse por QR Code ou clique no ícone.



Importante: todas as atividades estão sujeitas a disponibilidade. Consulte a agência sugerida para dispor de informações complementares ou obter roteiros personalizados.

Important: all activities are liable to availability. Consult the suggested agency for additional information or to get customized itineraries.

Importante: todas las actividades están sujetas a disponibilidad. Consulte la agencia sugerida para obtener información adicional o para obtener itinerarios personalizados.



CAFÉ, PROSA E PASSEIO NA HORTA ORGÂNICA

SÍTIO DA PEDRA SOLTA

Memórias especiais são criadas através de momentos marcantes, uma boa prosa com um delicioso café em um lugar lindo pode te ajudar a criar boas lembranças, ainda mais se for em família! Que tal estar em contato com a natureza e vivenciar uma experiência na horta orgânica, aprender também a cuidar do meio ambiente é muito importante, sustentabilidade é fundamental, afinal estamos aos pés de lindas montanhas, no parque estadual dos Três Picos. Venha conhecer produtos artesanais regionais com muita história para contar.

📍 Três Picos – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ

☎️ (22) 99961-2609/99883-8231

📷 @organicos_miller



COFFEE, CONVERSATION, AND A STROLL IN THE ORGANIC GARDEN

Special memories are created through memorable moments, a good conversation with a delicious coffee in a beautiful place can help you create good memories, especially if it's with family! How about being in contact with nature and experiencing a journey in the organic garden? Learning to care for the environment is very important, and sustainability is essential, especially since we are very close to the beautiful mountains in the Três Picos State Park. Come and discover regional handmade products with many stories to tell.

CAFÉ, CHARLA Y PASEO EN EL HUERTO ORGÁNICO

Los recuerdos especiales se crean a través de momentos memorables, una buena charla con un delicioso café en un lugar hermoso puede ayudarte a crear buenos recuerdos, ¡especialmente si es en familia! ¿Qué te parece estar en contacto con la naturaleza y vivir una experiencia en el huerto orgánico? Aprender a cuidar el medio ambiente es muy importante, y la sostenibilidad es esencial, especialmente porque estamos al pie de hermosas montañas en el Parque Estatal Três Picos. Ven y descubre productos artesanales regionales con muchas historias que contar.

BOLO DE AIPIM AFETIVO

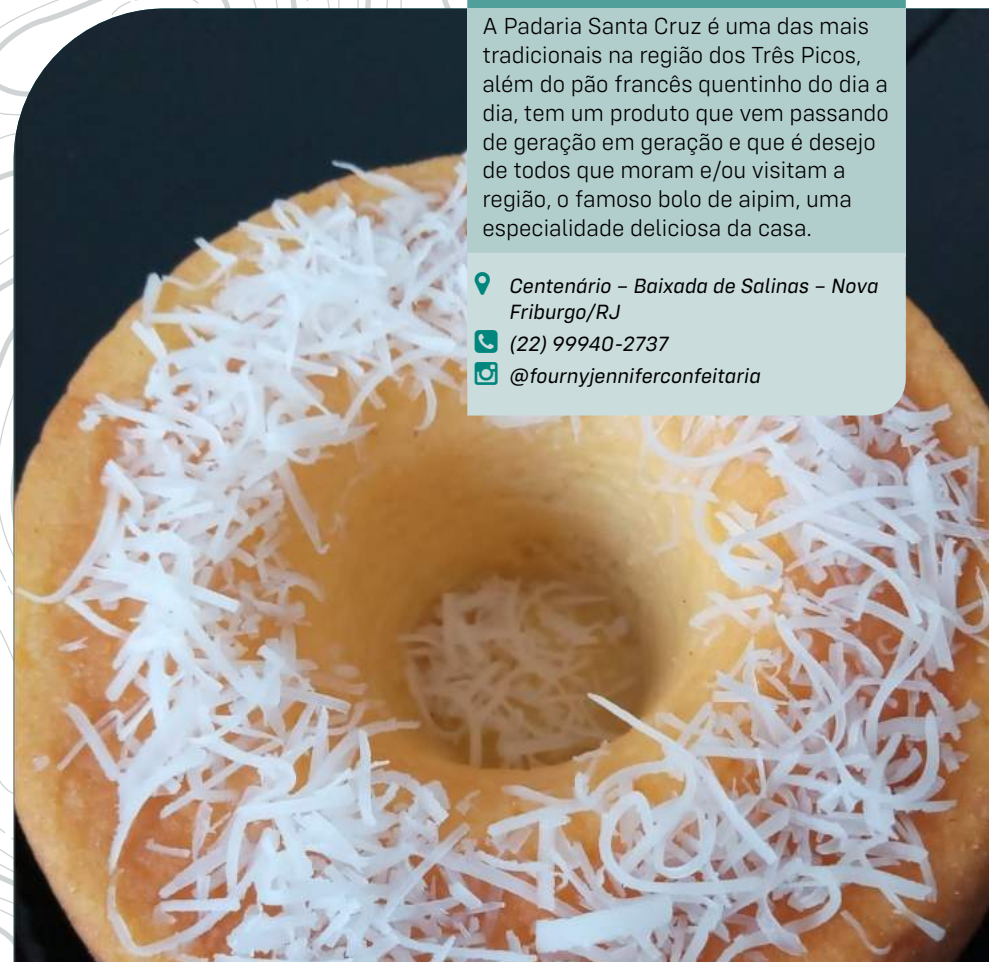
PADARIA SANTA CRUZ

A Padaria Santa Cruz é uma das mais tradicionais na região dos Três Picos, além do pão francês quentinho do dia a dia, tem um produto que vem passando de geração em geração e que é desejo de todos que moram e/ou visitam a região, o famoso bolo de aipim, uma especialidade deliciosa da casa.

📍 Centenário – Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ

☎️ (22) 99940-2737

📷 @fournyjenniferconfeitaria



AFFECTIONATE CASSAVA CAKE

Padaria Santa Cruz is one of the most traditional bakeries in the Três Picos region. In addition to freshly baked French bread for everyday consumption, they have a product that has been passed down from generation to generation and is desired by everyone who lives in or visits the region: the famous cassava cake, a delicious specialty of the house.


PASTEL DE YUCA AFECTUOSO

La Panadería Santa Cruz es una de las más tradicionales en la región de Três Picos. Además del pan francés recién horneado para el consumo diario, tienen un producto que se ha transmitido de generación en generación y es deseado por todos los que viven o visitan la región: el famoso pastel de yuca, una deliciosa especialidad de la casa.


DELÍCIAS DO LÍBANO NA CABANA

CABANAS 3 PICOS

O restaurante das Cabanas Três Picos oferta verdadeiras delícias gastronômicas da culinária libanesa, preparada pelo próprio proprietário, que é cozinheiro e descendente de uma família da cidade de Zahle, uma região agrícola que contribui muito para a economia do Líbano. As iguarias contam com produtos colhidos em propriedades rurais da região de Três Picos e possuem um sabor que os apreciadores da culinária libanesa vão se apaixonar. Você também pode se hospedar na propriedade em chalés aconchegantes com lareira e vista para as montanhas, e sair para caminhadas com guias ao redor do Parque. Agende seu grupo e venha nos conhecer.

 Vale do Jaborandi - Três Picos - Nova Friburgo/RJ

 www.cabanas3picos.com

 (21) 99677-9517

 @cabanas3picos



LEBANESE DELIGHTS AT THE CABANA

The restaurant at Cabanas Três Picos offers true gastronomic delights of Lebanese cuisine, prepared by the owner himself, who is a cook and descendent of a family from the city of Zahle, an agricultural region that contributes greatly to the economy of Lebanon. The delicacies feature ingredients harvested from rural properties in the Três Picos region and have a flavor that fans of Lebanese cuisine will fall in love with. You can also stay at the property in cozy cabins with fireplaces and mountain views, and go for guided hikes around the Park. Schedule your group and come visit us.

DELICIAS LIBANESES EN LA CABAÑA


El restaurante de las Cabañas Três Picos ofrece verdaderas delicias gastronômicas de la cocina libanesa, preparadas por el propio propietario, quien es cocinero y descendiente de una familia de la ciudad de Zahle, una región agrícola que contribuye enormemente a la economía del Líbano. Las delicias cuentan con productos cosechados en propiedades rurales de la región de Três Picos y tienen un sabor que enamorará a los amantes de la cocina libanesa. También puedes hospedarte en las acogedoras cabañas de la propiedad con chimenea y vistas a las montañas, y realizar caminatas guiadas por el parque. Programa tu grupo y ven a visitarnos.


TRUTA GRElhADA NO BUTECO

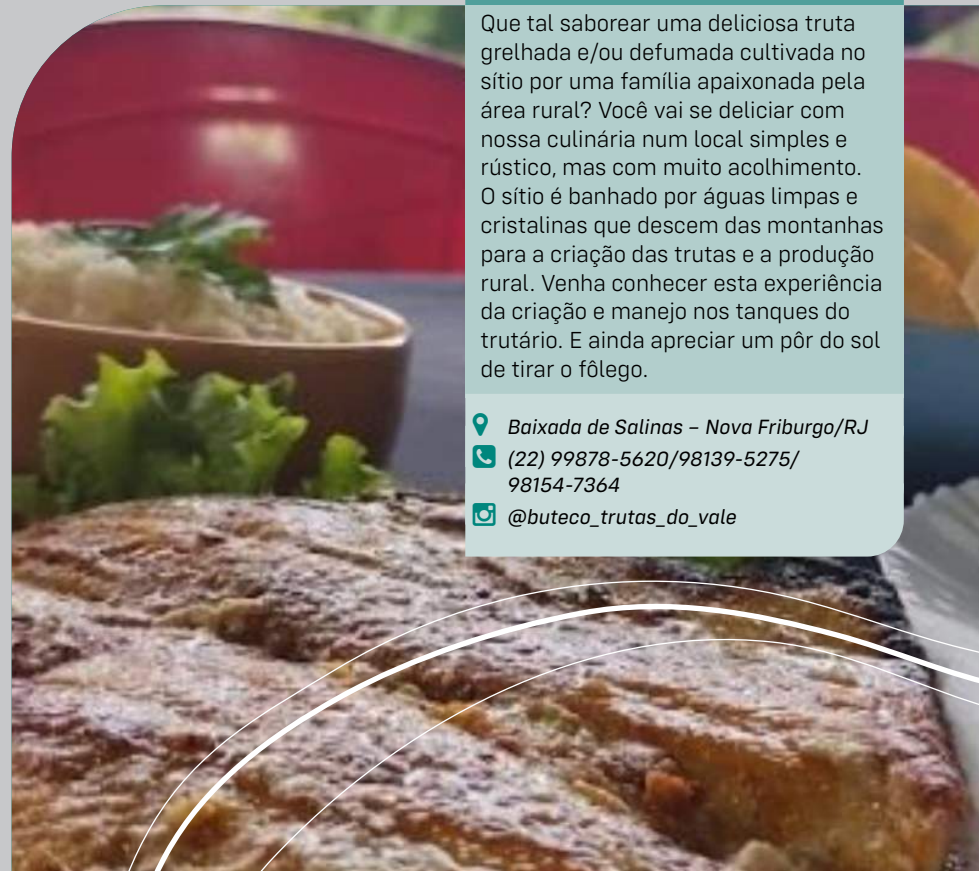
BUTECO TRUTAS DO VALE

Que tal saborear uma deliciosa truta grelhada e/ou defumada cultivada no sítio por uma família apaixonada pela área rural? Você vai se deliciar com nossa culinária num local simples e rústico, mas com muito acolhimento. O sítio é banhado por águas limpas e cristalinas que descem das montanhas para a criação das trutas e a produção rural. Venha conhecer esta experiência da criação e manejo nos tanques do trutário. E ainda apreciar um pôr do sol de tirar o fôlego.

 Baixada de Salinas - Nova Friburgo/RJ

 (22) 99878-5620/98139-5275/
98154-7364

 @buteco_trutas_do_vale



GRILLED TROUT AT THE LOCAL PUB

How about tasting a delicious grilled and/or smoked trout, cultivated on the farm by a family passionate about the rural area? You will delight in our cuisine in a simple and rustic setting, but with a warm welcome. The farm is surrounded by clean and crystal-clear waters that flow down from the mountains for the breeding of trout and rural production. Come and experience the creation and management in the fish tanks at the trout farm. And enjoy a breathtaking sunset as well.

TRUCHA A LA PARRILLA EN EL BAR

¿Qué tal saborear una deliciosa trucha a la parrilla y/o ahumada, cultivada en la finca por una familia apasionada por el campo? Te deleitarás con nuestra gastronomía en un lugar sencillo y rústico, pero con una cálida bienvenida. La finca está rodeada de aguas limpias y cristalinas que descenden de las montañas para la cría de truchas y la producción rural. Ven y experimenta la creación y manejo en los estanques de la piscifactoría de truchas. Y disfruta de una puesta de sol impresionante.

ENCANTOS DO RECANTO

RECANTO DO BIÉ

Atrativo gastronômico em meio a natureza, servindo comida caipira no fogão a lenha, que proporciona a experiência do "Comfort food", comida afetiva que remete a tempero de vó, resgatando memórias através de aromas, temperos e muito sabor. Acrescente a essa experiência uma paisagem encantadora, com a mais bela vista panorâmica das montanhas dos Três Picos. Os visitantes vão encontrar além da gastronomia, muitos outros encantos: animais, lago, redes para descansar, pequenas trilhas e a produção agrícola. Venha conhecer o Recanto do Bié e se encantar!

📍 Salinas – Nova Friburgo/RJ
☎️ (22) 98115-0911
📱 @recantodobie



CHARMS OF RECANTO

A gastronomic attraction amidst nature, serving rustic food cooked on a wood-burning stove, providing the experience of "Comfort food," affectionate food that brings back memories of grandma's cooking through aromas, spices, and lots of flavor. Add to this experience a charming landscape, with the most beautiful panoramic view of the Três Picos mountains. Visitors will find, in addition to gastronomy, many other enchantments: animals, a lake, hammocks for resting, small trails, and agricultural production. Come and experience the enchantments of Recanto do Bié!

ENCANTOS DEL RECANTO

Una atracción gastronómica en medio de la naturaleza, sirviendo comida campesina en cocina de leña, que proporciona la experiencia de la "Comfort food", comida afectiva que evoca los sabores caseros y rememora recuerdos a través de aromas, especias y mucho sabor. Añade a esta experiencia un paisaje encantador, con la vista panorámica más hermosa de las montañas de los Tres Picos. Los visitantes encontrarán, además de la gastronomía, muchos otros encantos: animales, un lago, hamacas para descansar, pequeños senderos y producción agrícola. ¡Ven a conocer los encantos del Recanto do Bié!

COSTELA DE CHÃO RURAL

RESTAURANTE RANCHO DE BAMBU GOURMET

O Rancho está localizado em meio à produção rural do sítio e às margens de um riacho que te convida a um delicioso banho e/ou apenas ouvir o som das águas cristalinas. O Chef do restaurante propõe uma experiência de uma Costela de Chão tipicamente rural, marinada em especiarias por 24h e que vai ao fogo pelo menos 06h antes de ser saboreada. Se chegar cedo pode apreciar uma boa cerveja ou outros drinks ao redor do fogo de chão do assado. A experiência é ofertada sob agendamento.

📍 Centenário - Baixada de Salinas – Nova Friburgo/RJ
☎️ (22) 98156-4281/98187-8372
📱 @ranchodebambugourmet



RURAL GROUND ROAST RIB

The Ranch is located amidst the rural production of the farm and alongside a stream that invites you to a delightful swim and/or simply listen to the sound of crystal-clear waters. The restaurant's chef offers a truly rural experience with a Ground Roast Rib, marinated in spices for 24 hours and cooked for at least 6 hours before being savored. If you arrive early, you can enjoy a good beer or other drinks around the fire pit of the roast. This experience is offered by appointment.

COSTILLA DE SUELO RURAL

El Rancho se encuentra en medio de la producción rural de la finca y a orillas de un arroyo que te invita a un delicioso baño y/o simplemente escuchar el sonido de las aguas cristalinas. El chef del restaurante ofrece una experiencia típicamente rural con una Costilla de Suelo, marinada en especias durante 24 horas y cocinada durante al menos 6 horas antes de ser saboreada. Si llegas temprano, puedes disfrutar de una buena cerveza u otras bebidas alrededor de la fogata del asado. Esta experiencia se ofrece previa reserva.

REFÚGIO NAS MONTANHAS DOS TRÊS PICOS

REFÚGIO KINDERDORF

Juntar os amigos para apreciar um dia especial junto à natureza! O Refúgio Kinderdorf oferece um espaço rústico para esta celebração. É preciso celebrar a vida, fazer conexão com a terra, recarregar as energias, desintoxicar das mídias digitais, enfim, um momento para pensar no seu bem-estar, aos pés das montanhas do Parque Estadual dos Três Picos. Que tal degustar um café da manhã no jardim e em seguida fazer uma caminhada pelas trilhas do Parque, curtir uma vista para o pôr do sol e terminar com uma pizza na lenha e/ou um caldo quentinho para aquecer a alma? Agende seu grupo e venha nos conhecer.

📍 Três Picos - Baixada de Salinas - Nova Friburgo/RJ
☎️ (22) 98115-4730
📷 @refugio_kinderdorf



MOUNTAIN REFUGE IN THE TRÊS PICOS

Gather your friends to enjoy a special day in nature! The Kinderdorf Refuge offers a rustic space for this celebration. It's time to celebrate life, connect with the land, recharge your energies, detox from digital media—basically, a moment to think about your well-being, at the foot of the mountains of the Três Picos State Park. How about enjoying a garden breakfast and then taking a hike through the park's trails, enjoying a sunset view, and ending with wood-fired pizza and/or a warm soup to warm your soul? Schedule your group and come visit us.

REFUGIO EN LAS MONTAÑAS DE LOS TRÊS PICOS

¡Reúne a tus amigos para disfrutar de un día especial en la naturaleza! El Refugio Kinderdorf ofrece un espacio rústico para esta celebración. Es momento de celebrar la vida, conectarse con la tierra, recargar energías, desintoxicarse de los medios digitales, en definitiva, un momento para pensar en tu bienestar, al pie de las montañas del Parque Estatal Três Picos. ¿Qué tal disfrutar de un desayuno en el jardín y luego hacer una caminata por los senderos del parque, disfrutar de una vista del atardecer y terminar con una pizza al horno y/o una reconfortante sopa para calentar el alma? ¡Agenda tu grupo y ven a visitarnos.

SABORES DA ROÇA E O "CONTADOR DE CAUSOS"

EMPÓRIO ROLA PAPO

Bem-vindo aos Sabores da Roça, uma experiência gastronômica única proporcionada pelo Empório Rola Papo. Aqui, você é transportado para um mundo encantador da culinária da roça, preparada com carinho e autenticidade no fogão a lenha. Os Sabores da Roça são mais do que uma refeição, são uma experiência que celebra a tradição, a autenticidade e o amor pela culinária da roça. Venha se deliciar, ouvir causos fascinantes, sentir os aromas e sabores que transcendem o tempo.

📍 Salinas - Três Picos - Nova Friburgo/RJ
☎️ (22) 99817-6728/99951-5060
📷 @emporirolapapo



FLAVORS OF THE COUNTRYSIDE AND THE "STORYTELLER"

Welcome to Flavors of the Countryside, a unique gastronomic experience provided by Empório Rola Papo. Here, you are transported to a charming world of countryside cuisine, prepared with care and authenticity on a wood-burning stove. Flavors of the Countryside are more than a meal, they are an experience that celebrates tradition, authenticity, and love for countryside cooking. Come and delight yourself, listen to fascinating stories, and experience the aromas and flavors that transcend time.

SABORES DEL CAMPO Y EL "CONTADOR DE ANÉCDOTAS"

Bienvenidos a Sabores del Campo, una experiencia gastronómica única proporcionada por Empório Rola Papo. Aquí, serás transportado a un encantador mundo de la cocina del campo, preparada con cariño y autenticidad en una estufa de leña. Sabores del Campo son más que una comida, son una experiencia que celebra la tradición, la autenticidad y el amor por la cocina del campo. Ven y disfruta, escucha historias fascinantes y experimenta los aromas y sabores que trascienden el tiempo.

CAFÉ CULTURAL NA ROÇA

EMPÓRIO ROLA PAPO

No Empório Rola Papo, o Café da Roça é mais do que uma bebida, é uma experiência completa que envolve os sentidos, resgata tradições e celebra a cultura regional. Venha nos visitar e permita que cada gole de café, cada pedaço de broa com chimira e cada conto compartilhado transportem você para um universo encantador, onde a simplicidade se transforma em grandes momentos de prazer e conexão com a riqueza da essência do campo. Além do café, o Empório Rola Papo oferece uma variedade de produtos regionais que encantam o paladar e a alma.

📍 Salinas – Três Picos - Nova Friburgo/RJ
☎️ (22) 99817-6728/99951-5060
📱 @emporiolorolapapo



CULTURAL COFFEE IN THE COUNTRYSIDE

At Empório Rola Papo, Coffee from the Countryside is more than just a beverage; it is a complete experience that engages the senses, revives traditions, and celebrates regional culture. Come visit us and let each sip of coffee, each piece of cornbread with chimira, and each shared tale transport you to an enchanting universe where simplicity turns into great moments of pleasure and connection with the rich essence of the countryside. In addition to coffee, Empório Rola Papo offers a variety of regional products that delight the taste and soul.

CAFÉ CULTURAL EN EL CAMPO

En Empório Rola Papo, el Café del Campo es más que una bebida; es una experiencia completa que involucra los sentidos, rescata tradiciones y celebra la cultura regional. Ven a visitarnos y permite que cada sorbo de café, cada pedazo de pan de maíz con chimira y cada cuento compartido te transporten a un universo encantador, donde la simplicidad se transforma en grandes momentos de placer y conexión con la riqueza de la esencia del campo. Además del café, Empório Rola Papo ofrece una variedad de productos regionales que deleitan el paladar y el alma.

TRUTAS DA CHEF TENILZA

RESTAURANTE TRUTA ARCO IRÍS.

Um lugar tradicional dos Três Picos, no Restaurante Truta Arco Íris, você é atendido pela família da Chef Tenilza, pode conhecer os tanques de criação de trutas e todos os processos envolvidos na produção. Um ambiente acolhedor e rústico, cortado por um riacho de águas limpas e cristalinas. O restaurante é especializado em pratos à base de trutas. Faça sua reserva e venha desfrutar deste paraíso no ambiente de montanha dos Três Picos!!!!

📍 Três Picos – Baixada de Salinas - Nova Friburgo/RJ
🌐 www.arcoistruta.com.br
☎️ (22) 99259-9797/99961-2928
📱 @restaurantearcoistruta



CHEF TENILZA'S TROUT

A traditional place in Três Picos, at the Truta Arco Íris Restaurant, you are attended by Chef Tenilza's family. You can visit the trout tanks and learn about all the processes involved in their production. It's a cozy, welcoming, and rustic environment, bordered by a stream of clean and crystal-clear waters. The restaurant specializes in trout-based dishes. Make your reservation and come enjoy this paradise in the mountainous ambiance of Três Picos!

TRUCHAS DE LA CHEF TENILZA

Un lugar tradicional en Três Picos, en el Restaurante Truta Arco Iris, te atiende la familia de la Chef Tenilza. Puedes visitar los estanques de cría de truchas y conocer todos los procesos involucrados en su producción. Es un ambiente acogedor, cálido y rústico, atravesado por un arroyo de aguas limpas y cristalinas. El restaurante se especializa en platos a base de truchas. ¡Haz tu reserva y ven a disfrutar de este paraíso en el entorno montañoso de Três Picos!



FEIRA MULHERES DA MONTANHA

Descubra a magia da Feira das Mulheres da Montanha, onde o trabalho coletivo e artesanal ganha vida na encantadora Região dos Três Picos, em Nova Friburgo. Desfrute de atrações culturais para todas as idades e mergulhe na diversidade de produtos feitos por mulheres nativas e também pelas que escolheram a região para viver. São doces caseiros, alimentos orgânicos frescos, óleos essenciais, produtos apícolas, artesanatos e utilidades para a casa toda. Tem também um espaço dedicado à gastronomia, cervejas artesanais, petiscos e muito mais. Atividades culturais e de bem-estar são ofertadas durante todo o dia.

📍 Colégio Ibelga - Três Picos - Nova Friburgo/RJ

📱 @mulheresdamontanha3picos

MOUNTAIN WOMEN'S MARKET

Discover the magic of the Mountain Women's Market, where collective and artisanal work comes to life in the charming region of Três Picos, in Nova Friburgo. Enjoy cultural attractions for all ages and immerse yourself in the diversity of products made by native women and those who have chosen the region as their home. You'll find homemade sweets, fresh organic foods, essential oils, bee products, crafts, and household items. There is also a dedicated space for gastronomy, craft beers, snacks, and much more. Cultural and wellness activities are offered throughout the day.

FERIA MUJERES DE LA MONTAÑA

Descubre la magia de la Feria Mujeres de la Montaña, donde el trabajo colectivo y artesanal cobra vida en la encantadora región de Três Picos, en Nova Friburgo. Disfruta de atracciones culturales para todas las edades y sumérgete en la diversidad de productos hechos por mujeres nativas y aquellas que han elegido la región como su hogar. Encontrarás dulces caseros, alimentos orgánicos frescos, aceites esenciales, productos de la apicultura, artesanías y utensilios para el hogar. También hay un espacio dedicado a la gastronomía, cervezas artesanales, aperitivos y mucho más. Se ofrecen actividades culturales y de bienestar durante todo el día.



ACESSE O QR CODE AO LADO PARA CONHECER
ESSE E OUTROS ROTEIROS NO RIO DE JANEIRO.

CONSULTE SEU AGENTE DE TURISMO
CONSULT YOUR TOUR OPERATOR | CONSULTE A SU OPERADOR TURÍSTICO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



**NOVA
FRIBURGO**
PREFEITURA



SECRETARIA DE
TURISMO
NOVA FRIBURGO

PARCEIROS:



Secretaria de
Turismo



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO



 **Embratur**