

6/

Los productos de mi tierra Aragón



FUNDACIÓN
EROSKI

contigo



ESCUELA DE
ALIMENTACIÓN



Energía para crecer



Tix y Loy nos han enseñado lo importante que es llevar a cabo una alimentación equilibrada en nuestro día a día, consumiendo todo tipo de alimentos en las cantidades recomendadas.

Pero, ¿creéis que los alimentos son los mismos en todo el mundo?

La respuesta es no, pues los productos que comemos varían mucho dependiendo del lugar en el que nos encontremos.

El clima, la geografía y la herencia cultural e histórica de cada región hacen que cada zona del mapa se especialice en el cultivo, creación y consumo de determinados alimentos. Son lo que llamamos productos locales. ¿Os suenan? A continuación, Tix y Loy os explicarán más sobre ello.



1/ Las ventajas del producto local

Los productos locales son alimentos producidos, procesados y distribuidos en una región geográfica determinada. Además, cuentan con características propias que los identifican.

¿Conocéis los innumerables beneficios que tienen los productos locales? Os los contamos a continuación:

1. Son más frescos, ya que las distancias de transporte son más cortas.
2. Conservan mejor su sabor y sus propiedades nutritivas.
3. Al ser las distancias de transporte más cortas, permiten ahorrar gastos y emisiones de CO₂ a la atmósfera.
4. Al ser productos de alta calidad, siempre están buenos.
5. Nos permiten conocer y disfrutar los sabores propios de la tierra.
6. Fomentan el turismo gastronómico (entre regiones).
7. Ayudan a conservar costumbres y tradiciones del pasado a lo largo del tiempo.
8. Nos permiten conocer y establecer vínculos con el entorno en el que vivimos.
9. La fabricación de productos locales permite el desarrollo económico de la zona.
10. Ayudan a enriquecer nuestra comunidad.

*¿Sabíais que...?
Gracias al interés
de agricultores,
ganaderos y
consumidores se están
logrando rescatar
sabores, tradiciones
y parte del pasado
de nuestra cultura
alimentaria.*



¿Alguna vez habéis
ayudado en la
recolección de
productos del campo?

¿Conocéis a alguien que trabaje
en la elaboración de productos de
nuestra tierra?



2/ La Denominación de Origen Protegida (D.O.P.)

En la actualidad, la internacionalización del mercado ha llevado a que gran cantidad de productos locales se vean perjudicados.

Para proteger su producción, destacar y dar más importancia a estos alimentos, **se crearon las Denominaciones de Origen Protegidas (D.O.P.).**

Sin embargo, no todos los productos locales tienen D.O.P.; **sólo aquellos que cumplen con sus requerimientos.**



¿Sabéis cómo identificar los productos con Denominación de Origen?

Denominación de Origen Protegida es un sello que identifica que...

- ... un producto es originario de una región.
- ... su procedencia le da unas características particulares.
- ... toda su producción se realiza en dicha zona.



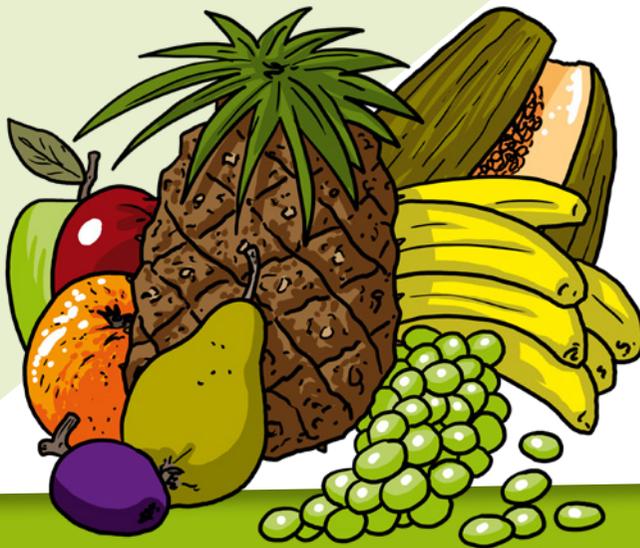
3/ Productos de temporada

Son aquellos que se consumen cuando se encuentran en su mejor momento de madurez según su ciclo de vida. La mayoría de ellos son frutas y verduras. Sus ventajas sobre los demás productos son:

1. Mayor aporte nutricional y mejor sabor, ya que mantienen intactas sus propiedades.
2. Ahorro económico, al producirse todos de golpe y haber más oferta, el precio baja.
3. Respeto medioambiental, al defenderse el ciclo natural de los productos y al evitar los cultivos intensivos de un solo producto.

A lo largo del año podemos disfrutar de distintas frutas y verduras de temporada.

Como por ejemplo la naranja. Aunque la consumamos todo el año es un producto de invierno. De hecho, los mejores meses para consumirla son de enero a abril.



*¿Sabíais que...?
Existen diferentes denominaciones de origen protegidas para diferentes tipos de productos.*



Si os preguntamos algunos productos típicos de Aragón,
¿sabéis decirme alguno?

Os voy a dar los nombres de algunos productos de nuestra tierra, a ver si os sientan:

- Jamón de Teruel
- Aceite del Moncayo
- Aceite del Bajo Aragón
- Vino de Cariñena
- Cebolla Fuentes del Ebro
- Melocotón de Calanda
- Ternasco de Aragón
- Espárrago de Navarra



Jamón de Teruel

La altitud y el clima frío son dos características de la provincia de Teruel que la convierten en un lugar idóneo para una **curación natural de los derivados del cerdo**. El jamón de Teruel procede de cerdos de **especies seleccionadas, criados en la provincia**, y que a lo largo de todo el proceso de elaboración han cumplido exigencias tales como un tiempo mínimo de curación y maduración de 14 meses.



Aceite del Moncayo

El aceite protegido es de la calidad **Virgen Extra** y está compuesto por las siguientes variedades de aceituna: **Empeltre, Arbequina, Negral, Verdial y Royal**. Presenta **aromas afrutados** de aceituna verde y/o madura y frutos secos.



Aceite del Bajo Aragón

La variedad de **olivo Empeltre**, autóctona de la zona, ofrece calidades **Oliva Virgen y Virgen Extra**. Este origen da como resultado un aceite que se distingue desde su mismo color, ya que la variedad empeltre se caracteriza por sus matices de amarillo y, sobre todo, por su sabor **suave y ligeramente dulce**. Es un aceite especialmente apropiado para su consumo directo y en aliños.



Vino de Cariñena

El Vino de Cariñena es reconocido como uno de las más importantes del país. Los caldos, como también se le denomina al vino, **provienen de tierras pedregosas del centro-sur de Aragón, en pleno Valle del Ebro**. Su uva, más pequeña de lo normal, provoca que los **sabores y olores** del vino sean **más intensos**.



Cebolla Fuentes de Ebro

De escaso picor, suave sabor y tierna textura, es considerada **una de las más exquisitas y singulares cebollas del mundo**. Se trata de una hortaliza, originaria de la huerta del río Ebro, con amplias **propiedades saludables**. De tallo grueso, su color externo es blanco paja. Es excepcional para disfrutarlo en ensalada y para caramelizar.



Melocotón de Calanda

Se cultiva en las comarcas del Bajo Aragón, entre Teruel y Zaragoza. Fruto dulce y jugoso, en **su producción** es fundamental la tarea del **“aclareo”**. Consiste en la **eliminación manual del 70% de los frutos de cada árbol**, dejando unos 20 centímetros entre los que se conservan. Así, pese a que cada árbol da menos melocotones, se consiguen unos frutos que destacan por su tamaño y carne firme.



¿Sabíais que...?



En Aragón existe un sello oficial de Agricultura Ecológica que certifica la producción ecológica de alimentos. Estas normas de producción aseguran una mayor riqueza nutricional y de sabores de estos alimentos.

Ternasco de Aragón

¿Sabéis qué es un ternasco?
Es la forma de denominar al **cordero joven**.

El Ternasco de Aragón es un cordero que desde que nace se alimenta con leche materna y cereales naturales. Llega a las tiendas por piezas o entero. En caso de que llegue por piezas, éstas deben estar marcadas con las siglas "TA". El Ternasco de Aragón es una **carne muy tierna, de gran jugosidad y calidad culinaria**.



¿Qué hemos aprendido hoy?

- Los productos con Denominación de Origen son aquellos producidos, procesados y distribuidos en nuestra propia comunidad.
- Podemos reconocerlos en el supermercado gracias a los sellos de calidad.
- La producción y distribución de estos alimentos en nuestra comunidad ayuda al crecimiento económico de la gente de nuestra región.

Espárrago de Navarra

Sí, habéis leído bien, Espárrago de Navarra. Como sabéis, compartimos frontera comunitaria con Navarra, y eso significa que tenemos suelos y zonas con climatologías similares.

El Espárrago de Navarra es un tipo de **espárrago blanco** que crece en las fértiles **tierras de la Ribera del Ebro**. **Crece bajo tierra** sin que le dé el sol en ningún momento, por lo que conserva el color blanco hasta el final. Se trata de un alimento exquisito que se hizo famoso por lo **beneficioso que es para la salud y por sus propiedades terapéuticas**.



Actividades

Los productos de mi tierra · Aragón

El siguiente es de Guillermo de Torre, un escritor español, y lo hizo en 1923. ¡Hace 95 años!

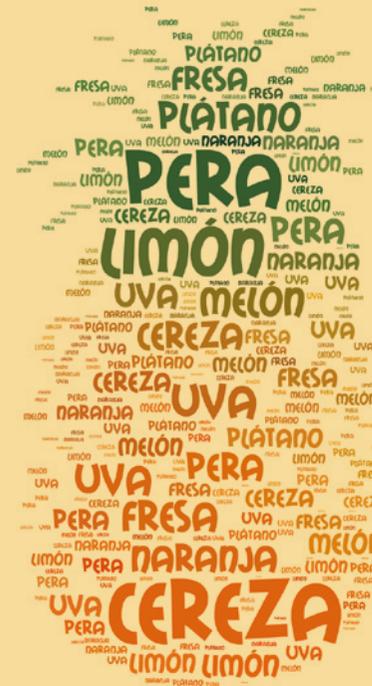
Una constelación pluricolor
Un sol de repetición arroja
El ventilador pirotécnico multi-
Los cohetes bramán sironas sobre la
Ciudad y el mar copulados
plica sus aspas deshilachadas.
y efimera topiza el cielo estuyi.10.000 proyectiles por minuto.

Fijaos en otro ejemplo:

CAER LEVANTARSE APRENDER
SOCIALIZAR DISFRUTAR QUERER
AMAR REIR LLORAR APLAUDIR
AYUDAR AL QUE LO NECESITE
VER COSAS NUEVAS NO RENDIRSE
DECIR SOLUCIONES NO PROBLEMAS
BAILAR COMO SI NADIE TE VIERA
CANTAR COMO SI NADIE TE
ESCUCHARA
NO RENDIRSE NUNCA

Como hemos estado aprendiendo mucho acerca de los productos de nuestra tierra, ¡vamos a crear caligramas con ellos!

Estos son ejemplos de caligramas con alimentos:



Actividades

Los productos de mi tierra · Aragón

Ahora es vuestro turno

a) En primer lugar, elegid un producto de nuestra tierra. Puede ser un alimento de temporada. Pensad en algo que os inspire y escribir un poema sobre ese alimento.

b) Después llega el momento de realizar el caligrama. Transformad el poema en un dibujo, cuya forma refleje el tema del poema; es decir, el alimento que habéis elegido.