

6/

Los productos de mi tierra Cantabria



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.



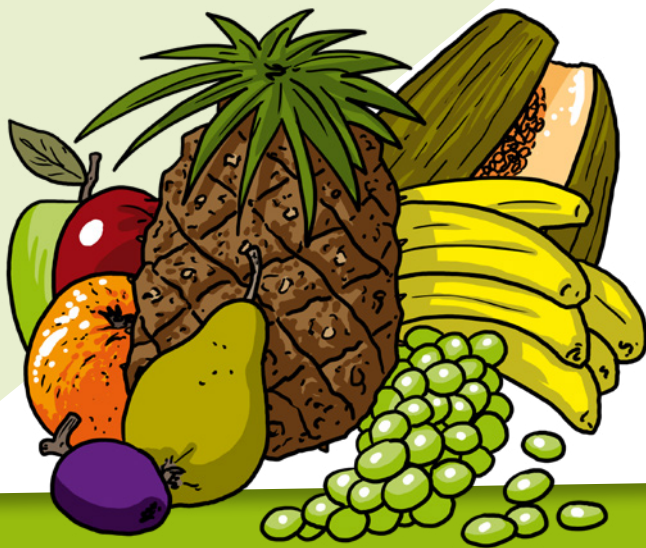
3/ Productos de temporada

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 Cantabria,

¿sabéis decirme alguno?

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

- Queso Nata de Cantabria
- Quesucos de Liébana
- Queso Picón Bejés-Trevieso
- Carne de Cantabria
- Sobao Pasiego
- Conservas



Queso Nata de Cantabria

Se trata del **primer producto cántabro con Denominación de Origen**.

La zona de mayor producción es la **montaña**, al sur de Cantabria.

La leche proviene de la **vaca frisona** y es sometida a una **coagulación**, a 30°C, con cuajo animal. Diversas fases de **secado, moldeado y salado** le otorgan una textura cremosa, una forma redonda y un sabor suave.



Queso Picón Bejés-Trevieso

De elaboración **más compleja**, ya que se puede hacer con **leche cruda de vaca, de cabra y de oveja**. ¡Incluso mezclándolas todas!

Tras una **maduración y secado largo** (mínimo de **dos meses**) se consigue un resultado final exquisito: queso con olor intenso, sabor algo picante y color algo verdoso.



Quesucos de Liébana

La palabra quesuco es una forma cariñosa de llamar al queso, ya que es **pequeño de tamaño**.

El origen del quesuco es del Valle de Liébana. La mezcla y el proceso de elaboración son muy parecidos a las otras denominaciones de origen, aunque existen pequeñas diferencias en la coagulación (mayor temperatura y menos tiempo) y en la maduración (menos tiempo).

Es un queso **entre blanco y amarillo, de olor y sabor suaves**.



Carne de Cantabria

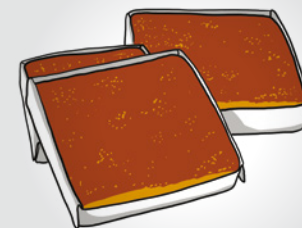
El **ganado** del que proviene la Carne de Cantabria **puede producirse, criarse y engordar en cualquier parte de la comunidad autónoma**. Además, necesita que su ganado sea de alguna de estas tres razas: bólido castaño cóncavo, Pardo-Alpina y/o Limusina.



Después, y en función de la edad del ganado, la carne de Cantabria puede ser de **cuatro tipos: ternera** (con carne de color rosa claro), **añojo** (color rojo claro), **novilla** (color rojo) y **buey** (color rojo más intenso).

Sobao Pasiego

Estos ricos y deliciosos postres **llevan la bandera cántabra por toda España**. Elaborado entre los ríos Pas y Pisuëña, no sólo se conoce por su **sabor dulce, por su aroma de mantequilla y por su superficie de color tostado**. También porque van envueltos por un papel blanco con dobleces y triángulos muy característicos.



Conservas

Son características las conservas de pescado: **anchoas, bonito, atún o sardinas, entre otros.**

La anchoa de Cantabria, por ejemplo, supone casi el 80% de la producción en toda España, siendo una referencia a nivel nacional e internacional. De todas ellas, la **más conocida es la de la anchoa de la bahía de Santoña, que se pesca en caladeros del mar Cantábrico.**



¿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.

Actividades

Los productos de mi tierra · Cantabria

1. Jugamos con los nombres de los alimentos



Como hemos visto, un caligrama es un tipo de poema visual que forma un dibujo con el texto. Ese dibujo representa el tema del poema. Puede ser un personaje, un animal, un paisaje o cualquier objeto que podáis imaginar!

¡Vamos a ver unos ejemplos!

El primero es de Guillaume Apollinaire, un escritor francés que popularizó este tipo de poema a principios del siglo XX.

Aunque está escrito en francés, ¿de qué creéis que trata el poema?

Cette femme est
adorable
son grand
oeil
est
si
beau
que
quand
on
voit
son
oeil
on
se
dit
c'est
l'oeil
de
la
femme
que
j'aime
le
plus
car
c'est
l'oeil
qui
me
fait
venir
à
travers
un
image.

Actividades

Los productos de mi tierra · Cantabria

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

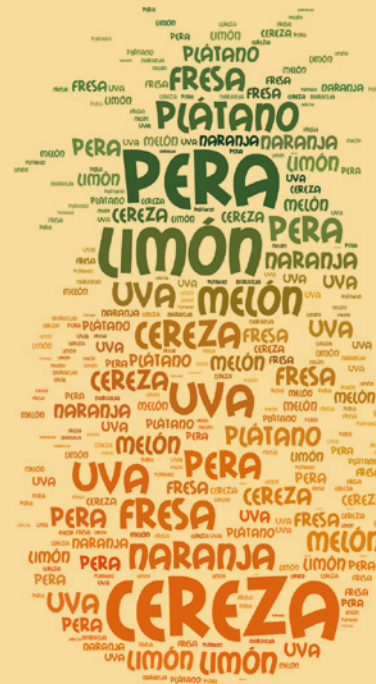
Una constelación pluricolor
Un sol de repetición arroja
El ventilador pirotécnico multi-
Los cohetes bramán sironas sobre la
Ciudad y el mar copulados
plica sus aspas deshilachadas.
y efimera topiza el cielo estuyi.10.000 proyectiles por minuto.

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 · Cantabria

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.