

6/

Los productos de mi tierra Euskadi



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.



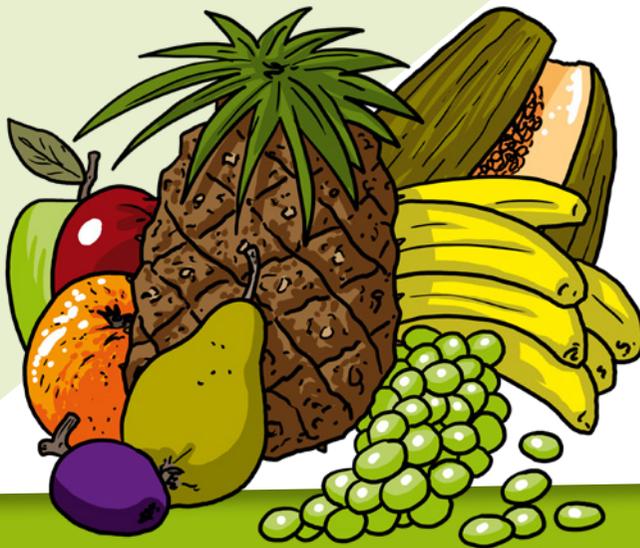
3/ Productos de temporada

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 Euskadi,
¿sabéis decirme alguno?

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

- Queso de Idiazábal
- Pimiento de Gernika
- Txakoli
- Carne de vacuno del País Vasco
- Bonito del Norte



Queso de Idiazábal

Este queso viene de la leche de **ovejas nacidas y criadas en Euskadi**. Las que dan este queso son **latxas y carranzas**. Los pastores las han alimentado de la misma forma desde hace miles de años, llevándolas a los pastos de altura en primavera, otoño y verano. Y cuando viene el frío invierno, bajándolas a los valles más cálidos. Estas ovejas son muy especiales: solo producen leche de febrero a junio, unos 100 litros cada animal.

No dan mucha leche, pero la que dan es de gran calidad, y es con esta leche cruda con la que se hace el Queso Idiazábal. Después, **ha de madurarse durante un mínimo de dos meses**. Su color es más amarillento que el queso de vaca, ya que tiene más materia grasa, de esa que necesitamos para crecer. Y tiene un alto contenido en calcio, que harán nuestros huesos grandes y fuertes.



Pimiento de Gernika

Seguro que ya sabéis que antes de recoger una fruta u hortaliza para comerla hay que dejar que madure y crezca. Sin embargo, nos encontramos una excepción con este pimiento vasco.

El pimiento de Gernika es un pimiento verde que **no se ha dejado madurar del todo**. En el momento de recogida esta baya **mide entre 6 y 9 cm**, y está en el momento **perfecto para consumir**, así que **se envasa ese mismo día** para que no pierda su autenticidad.

Su carne, de color verde, es tersa, fina y con un sabor dulce. Se recomienda que el pimiento de Gernika se sirva de entrante con sal para no camuflar su gusto único entre otros sabores.



Txakoli

Se trata de un vino arraigado a la cultura vasca **hecho con uvas verdes**. Su nombre “txakoli” deriva de la palabra “etxakoa”, que significa “hecho en casa”.

No se deja que la uva madure del todo y se vendimia cuando todavía está verde. Esto hace que el vino no tenga los toques afrutados que da una uva madura, sino que **le da cierta acidez**. Mientras que otros vinos se fermentan un mínimo de varios meses, **el txakoli fermenta durante solo 12 días**.

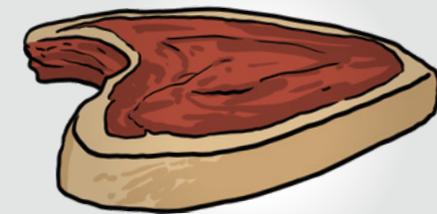
En la producción de este vino hay que distinguir de dónde proceden sus viñedos. En Euskadi hay varias procedencias importantes: Txakoli de **Álava**, Txakoli de **Guipúzcoa**, Txakoli de **Getaria** y Txakoli de **Vizcaya**.



Carne de vacuno del País Vasco

La carne de Euskadi se considera una de las mejores de Europa. Y es que los ganaderos vascos cuidan sus animales desde que nacen, atendiéndoles durante toda su vida. **La base de su alimentación son los pastos autóctonos y piensos de especial calidad** como complemento.

Aunque toda la carne de vacuno a simple vista nos parezca igual, existen **tres tipos diferentes**: la Txahala, que es carne de un animal joven de hasta 2 años, la Zaharra, que es de un animal de entre 2 y 13 años, y la Idia, que es solo carne de machos castrados.



Bonito del Norte

Desde los puertos de Hondarribia, Getaria, Bermeo, Ondarroa, Pasaia, Donostia y Lekeitio nos llegan barcos con esta especie de atún: **el Bonito del Norte o atún blanco**.

Para seguir disfrutando de la sabrosa carne del bonito sin que se extinga del Mar Cantábrico **no se capturan con redes**, ya que se cogerían todos muy rápido sin dar tiempo a que se reproduzcan.

Los "arrantzales" los pescan uno a uno con caña, para garantizar la sostenibilidad de la especie y para no producir aplastamientos de peces en la pesca de redes.



¿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 · Euskadi

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 · Euskadi

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.