

SESIÓN 6

Los productos de mi tierra La Rioja

GUÍA DEL DOCENTE



FUNDACIÓN
EROSKI

contigo



ESCUELA DE
ALIMENTACIÓN

6/

Los productos
de mi tierra
La Rioja



FUNDACIÓN
EROSKI

contigo



ESCUELA DE
ALIMENTACIÓN



Energía para crecer

Energía para crecer



Ficha técnica

RESUMEN SESIÓN

- Información sobre producto local.
- Información sobre Denominación de Origen Protegida.
- Actividad: “Clasifica los alimentos”.
- Actividad: “Hoy tú eres el chef”.
- Actividad: “Conviértete en chef”.

OBJETIVO ESPECÍFICO

- Valorar los productos locales como garantía de calidad en la alimentación.
- Fomentar la sensibilidad cultural a través de la gastronomía.

CONTENIDOS

Producto local.
Denominación de Origen Protegida.
Productos de temporada.

COMPETENCIAS CLAVE

1. Comunicación lingüística.
2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
4. Aprender a aprender.
5. Competencias sociales y cívicas.
6. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
7. Conciencia y expresiones culturales.

Desarrollo de la sesión

El clima, la geografía y la herencia cultural e histórica de cada región hacen que cada zona del mapa se especialice en el cultivo, elaboración y consumo de determinados alimentos. Son lo que llamamos productos locales.

En esta sesión, el alumnado conocerá los beneficios de los productos locales y las Denominaciones de Origen.

Al finalizar la sesión se realizarán actividades para poner en práctica estos conocimientos.

Las ventajas del producto local

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

Beneficios de los productos locales:

1. Son más frescos, ya que las distancias de transporte son más cortas.
2. Conservan mejor su sabor y 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 de una a otra región.
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 que vivimos.
9. La fabricación de productos locales permite el desarrollo económico de la zona.
10. Ayudan a enriquecer nuestra comunidad.


SESIÓN 6 LOS PRODUCTOS DE MI TIERRA
ENERGÍA PARA CRECER
PROGRAMA EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES

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.

- 2 -

¿Sabíais que...?

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



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.

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.

SESIÓN 6 LOS PRODUCTOS DE MI TIERRA

ENERGÍA PARA CRECER
PROGRAMA EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES

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.

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.

¿Sabéis cómo identificar los productos con Denominación de Origen?

Cuaderno del alumno

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 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.

¿Sabías que...?

Existen diferentes Denominaciones de Origen Protegidas para diferentes tipos de productos.

Algunos de los productos típicos de La Rioja:

- Pera de Rincón de Soto
- Vinos Rioja
- Queso Camerano
- Aceite de La Rioja
- Coliflor de Calahorra
- Chorizo Riojano

SESIÓN 6 LOS PRODUCTOS DE MI TIERRA - LA RIOJA
ENERGÍA PARA CRECER
PROGRAMA EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES

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.

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

?

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

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

- Pera de Rincón de Soto
- Vinos Rioja
- Queso Camerano
- Aceite de La Rioja
- Coliflor de Calahorra
- Chorizo Riojano





- 5 -

Pera de Rincón de Soto

Su sabor es más dulce que otras peras, y su verde, más intenso. Uno de los aspectos que las distinguen es el russeting, una oxidación natural muy valorada en esta fruta y que es producida por las habituales nieblas de la zona de cultivo. Por increíble que parezca, ¡la niebla da el color marrón a las peras!

Para conseguir que las peras sean grandes y sabrosas se realiza a mano la tarea del "aclareo". Esta labor consiste en quitar con las manos el 70% de los frutos de cada árbol para permitir que los que se quedan en él se llenen de nutrientes y crezcan más y mejor.



Vinos de Rioja

¡Cuántas cosas han cambiado desde la Edad Media! Ya no cabalgamos en caballos para ir de Pradejón a Calahorra, ni vamos dando espadaños por ahí. Sin embargo, hay algo que no ha cambiado en La Rioja: el **cuidado** y la **elaboración de los mejores vinos del mundo**.

La Denominación de Origen Calificada Rioja abarca vinos de todo tipo, como el tinto, el rosado y el blanco. Pese a ello, el 90% de la producción es de vino tinto. Este vino puede obtenerse de **viñedos de las tres Riojas: la Alta, la Baja y la Alavesa**. Cada una con un clima y un suelo específicos que hacen de este vino algo excepcional.



Queso Camerano

Las cabras de la Sierra de Cameros han llenado La Rioja de su queso desde el siglo XIII. El hecho de que su alimentación esté formada en un 80% por vegetación autóctona es una de las razones por las cuales el Queso Camerano tiene ese sabor tan especial.

Otra de las **características que lo hacen único y reconocible son las marcas exteriores** que tiene. Son marcas hechas por la "cilla", un molde de mimbre trenzado que da forma al queso y deja sus marcas en él. Para los que os guste este producto, el Queso Camerano es una fuente exquisita de diferentes sabores, porque cuenta con **4 tipos de queso para elegir**: los más suaves, que son el queso fresco y el queso tierno, y los que saben más fuerte, como el queso curado y el semicurado.



Aceite de La Rioja

Su cultivo y cuidado se hacen de acuerdo a una tradición cultural que se extiende a través de la historia de nuestra tierra.

Su sabor es afrutado, con un toque amargo y con un olor muy peculiar. Este aceite tiene unas características muy diferenciadas, provocadas por las condiciones climatológicas y por el tipo de suelo de la región.

Es perfecto para disfrutar en tostadas, como aliño de ensaladas o verduras y para frituras.



Coliflor de Calahorra

Estas coliflores **crecen**, por supuesto, en **Calahorra, pero también** se cultivan en las **fértiles tierras bañadas por los ríos Cidacos y Ebro**.

La Coliflor de Calahorra se distingue por su **forma compacta**, como la de un balón de fútbol, por su **color blanco sin gránulos** y por un **agradable olor**. Para asegurar su frescura nunca tardan más de 12 horas en llegar de la tierra al almacén. Cuando las cosas se hacen bien, también saben bien.



¿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.

SESIÓN 6 LOS PRODUCTOS DE MI TIERRA - LA RIOJA
ENERGÍA PARA CRECER
PROGRAMA EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES

Chorizo Riojano

Se selecciona la carne y el tocino más cuidado, se tritura y se amasa con pimentón extra 100%, sal y ajo. Esta mezcla queda al final embutida en tripas de animales de abasto y curado, dando lugar al chorizo. De consistencia firme y compacta, presenta un aroma equilibrado e intenso en el que el pimentón y el ajo aportan, además de olor, un sabor intenso, persistente y picante en ocasiones.



¿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 ayudan al crecimiento económico de la gente de nuestra región.

- 8 -

Cuaderno del alumno

Explicará que en nuestra literatura también ha habido autores que han utilizado este recurso, como Guillermo de Torre, que en 1923 hizo el siguiente:

El profesorado mostrará otro ejemplo y preguntará al alumnado qué opina sobre este caligrama.

Por último, comentará que, como han estado aprendiendo mucho acerca de los productos de su tierra, van a realizar un caligrama con ellos. Presentará ejemplos de caligramas con alimentos:

Tras analizar los ejemplos, explicará que ahora son ellos y ellas los que van a realizar un caligrama con productos de nuestra tierra.

Puede plantear que, al finalizar, se expondrán los trabajos en el pasillo.

SESIÓN 6 LOS PRODUCTOS DE MI TIERRA ENERGÍA PARA CRECER
PROGRAMA EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES

Actividades
Los productos de mi tierra

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

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:

Fijaos en otro ejemplo:

VIVIR

- 7 -

SESIÓN 6 LOS PRODUCTOS DE MI TIERRA ENERGÍA PARA CRECER
PROGRAMA EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES

Actividades
Los productos de mi tierra

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 escribid 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.

- 8 -