



Castilla y León:

sabores y aromas del noroeste español



60

La "Manzana Reineta del Bierzo" amparada por la Denominación de Origen, corresponde a frutos de las variedades "Reineta Blanca" y "Reineta Gris".





Fotografía: Sotur



La superficie dedicada al cultivo de hortalizas en Castilla y León se sitúa en torno a las 17.000 ha y destacan como zonas productoras León, Valladolid y Zamora.

Aunque pequeña en relación a la superficie total cultivada en España, algunos cultivos como la berza, la col y la zanahoria, adquieren relevancia nacional, ocupando esta última una superficie de 2.418 ha. Igualmente ocurre con la fresa y el fresón que ocupan

alrededor de 100 ha. Otras hortalizas que se producen en la región de Castilla y León son el ajo, la lechuga, judías verdes, puerro, espárrago, cebolla, tomate, guisantes, pimiento, endivia, achicoria, melón, sandía y las endivias de Sanchonuño.

Se distinguen como Indicaciones Geográficas Protegidas entre las producciones hortícolas la "Lenteja de la Armuña", el "Pimiento Asado del Bierzo", el "Garbanzo de Fuentesauco" y la "Judía del Barco de Ávila".

La Lenteja de la Armuña es seca, separada de la vaina, procedente de la especie *Lens culinaris Medicus* (variedad "Rubia de la Almunia"), de color verde claro y a veces jaspeado, producidas en el norte de la provincia de Salamanca.

El Pimiento Asado del Bierzo, es de un atractivo color rojo y de sabor poco picante, cuyo método artesanal de preparación le confiere un especial aroma y regusto a humo.

El Garbanzo de Fuentesauco se comercializa como legumbre seca o como plato elaborado. De pico curvo y pronunciado de color crema y rugosidad intermedia.

Como Judía del Barco de Ávila se reconocen aquellas judías secas, pertenecientes también a la familia de las leguminosas, pero procedentes de la especie *Phaseolus vulgaris*, L., abarcando las siguientes variedades: "Blanca redonda", "Blanca riñón", "Morada larga", "Morada redonda", "Arrocina", "Planchada" y "Judión de Barco". Todas ellas hacen un aporte de energía y proteínas muy importante para nuestro organismo y



son buena fuente de vitaminas del grupo B y C. Desde el punto de vista gastronómico son una auténtica exquisitez.

Con respecto a los frutales, es de señalar la existencia de la Denominación de Origen "Manzana Reineta del Bierzo" y la marca de garantía "Pera Conferencia del Bierzo". Ambas con unas características organolépticas y alimenticias muy especiales que se producen en esta región de la provincia de León.

La "Manzana Reineta del Bierzo" amparada por la Denominación de Origen, corresponde a frutos de las variedades "Reineta Blanca" y "Reineta Gris", son un manjar único y exclusivo. La tarta de manzana que se realiza con estas dulces y jugosas manzanas, es un postre difícil de superar en el paladar, dejando un sabor que invita a repetir. Es lo que se conoce en el Bierzo como "El sabor del noroeste".

La "Pera Conferencia del Bierzo" se cultiva únicamente en los municipios de la Comarca del Bierzo y se recolecta desde finales de agosto y durante todo el mes de septiembre. Se caracteriza por ser una variedad de tamaño grande, altamente jugosa, muy dulce y de baja astringencia. El etiquetado que llevan estas peras asegura que han sido controladas y certificadas por la marca de garantía. Otro producto que cuenta con Indicación Geográfica Protegida es la "Alubia de Bañeza- León". En fase de aprobación se encuentra el Pimiento de Fresno-Benavente.



La Reineta del Bierzo presenta características diferenciadas. Sus rasgos externos nos definen un fruto achatado, con peciolo corto y una cavidad calicínica (base) cerrada. El color en recolección es un verde sin brillo de fondo, con herrumbre superficial típica (Russeting), lo que le confiere la principal diferencia, a simple vista, con otras reinetas.



* Ensalada de Manzana Reineta del Bierzo.

Reina de Corazones

Manzana Reineta del Bierzo

www.manzanareinetadelbierzo.es



Pera Conferencia del Bierzo

www.peraconferenciadelbierzo.es



* Flan de Pera Conferencia del Bierzo.

Todas las peras que salen al consumidor con Marca de Garantía llevan un etiquetado diferenciador. Solo este etiquetado asegura que las peras que compramos están controladas y certificadas por la Marca de Garantía.

... muy dulce ...



Pimiento Asado del Bierzo

www.pimientoasadodel Bierzo.es



* Ensalada de Bacalao con Pimientos Asados del Bierzo.

Convertido en uno de los símbolos del Bierzo, sus virtudes se impusieron siendo las amas de casa bercianas quienes iniciaron la tradición del Pimiento Asado del Bierzo. El Pimiento continuó dándose a conocer fuera del Bierzo gracias a los elogios que los peregrinos, en su viaje a Santiago de Compostela, hacían de él tras degustar esta joya de la gastronomía berciana a su paso por la comarca.



Sabor de otoño para todo el año

Buenas para ti, buenas para todos

La castaña del Bierzo procede en su mayoría de árboles centenarios y únicamente se recoge cuando ha caído al suelo, garantizando así una maduración óptima de la misma, y una composición altamente nutritiva, siendo una importante fuente de hidratos de carbono, calcio, fósforo y magnesio.

Castaña del Bierzo

www.castanadel Bierzo.es





MAÍZ DULCE EN MAZORCA

El maíz dulce en mazorca de Huercasa destaca por su sabor intenso, fresco, dulce y por la homogeneidad en el tamaño y color de sus granos durante todo el año.

Su alto contenido en hidratos de carbono de fácil digestión, lo convierte en un alimento ideal para los niños y los deportistas.

Se disponen envasados al vacío por lo que puedes conservarlos hasta 6 meses a temperatura ambiente. Solo Huercasa te ofrece la máxima garantía de calidad.



LEGUMBRES Y HORTALIZAS "PLATINUM GRAN SABOR"

Las gama de legumbres de Huercasa incluye a las lentejas y garbanzos, alimentos indispensables para nuestro organismo, que ayudan ante las enfermedades cardíacas, disminuyendo los niveles de colesterol.

La lenteja es uno de los ingredientes fundamentales en la dieta mediterránea y que se consume tradicionalmente en nuestro país. Rica en hierro que la hace recomendable como "anti-anémico".

El garbanzo, conocido como "el rey de las proteínas" aporta además un alto contenido de fibras regulando la función intestinal.



REMOLACHA LISTA PARA CONSUMIR

Huercasa te ofrece la remolacha roja lista para consumir, cocida y pelada más sabrosa y fresca del mercado...

Esta hortaliza de gran aporte energético, contiene además un alto contenido de azúcar, fibra y sales minerales de potasio, sodio y calcio que ayudan a las funciones de tu organismo, siendo aconsejables en casos de anemia, enfermedades de la sangre y en convalecencias por su alto contenido en hierro y azúcares. Especialmente rica en ácido fólico.



ENDIVIA FRESCA HUERCASA

Huercasa te ofrece esta hortaliza de sabor ligeramente amargo y refrescante, durante todo el año.

Son de bajo valor energético, ya que presentan un alto contenido de agua y bajos niveles de proteínas, grasas y azúcares. Contienen además buena cantidad de fibra, por lo que son adecuados para las dietas de adelgazamiento.

Endibia de "Huercasa", la mayor garantía de frescura y calidad.



