

6/

Els productes de la meva terra *Catalunya*



FUNDACIÓ
EROSKI

amb tu



ESCOLA
D'ALIMENTACIÓ



Energia per a créixer



En Tix i la Loy ens han ensenyat com d'important és dur a terme una alimentació equilibrada en el nostre dia a dia, consumint tota mena d'aliments en les quantitats recomanades.

Però, creieu que els aliments són els mateixos a tot el món?

La resposta és no, ja que els productes que mengem varien molt depenent del lloc on siguem.

El clima, la geografia i l'herència cultural i històrica de cada regió fan que cada zona del mapa s'especialitzi en el cultiu, la creació i el consum de determinats aliments. Són el que anomenem productes locals. Us sonen? Tot seguit, en Tix i la Loy us n'explicaran més coses.



1/ Els avantatges del producte local

Els productes locals són aliments produïts, processats i distribuïts en una regió geogràfica determinada. A més, compten amb característiques pròpies que els identifiquen.

Coneixeu els innumbrables beneficis que tenen els productes locals? Us els expliquem a continuació:

1. **Són més frescos**, ja que les distàncies de transport són més curtes.
2. **Conserven millor el sabor i les propietats nutritives.**
3. Com que les distàncies de transport són més curtes, **permeten estalviar despeses i emissions de CO₂ a l'atmosfera.**
4. Com que són productes d'**alta qualitat, sempre són bons.**
5. Ens permeten conèixer i gaudir els **sabors propis de la terra.**
6. Fomenten el **turisme gastronòmic** (entre regions).
7. Ajuden a **conservar costums i tradicions del passat** al llarg del temps.
8. Ens permeten **conèixer i establir vincles** amb l'entorn en què vivim.
9. La fabricació de productes locals permet el **desenvolupament econòmic de la zona.**
10. Ajuden a **enriquir la nostra comunitat.**

*Sabíeu que...?
Gràcies a l'interès
d'agricultors,
ramaders i
consumidors s'està
aconseguint rescatar
sabors, tradicions i
part del passat de
la nostra cultura
alimentària.*



Heu ajudat alguna
vegada a collir
productes del camp?

Coneixeu algú que treballi en
l'elaboració de productes de la
nostra terra?



2/ La Denominació d'Origen Protegida (DOP)

En l'actualitat, la internacionalització del mercat ha comportat que una gran quantitat de productes locals es vegin perjudicats.

Per protegir la seva producció, destacar aquests aliments i donar-los més importància, **es van crear les Denominacions d'Origen Protegides (DOP).**

Ara bé, no tots els productes locals tenen DOP; **només aquells que compleixen els seus requisits.**

Denominació d'Origen Protegida és un segell que identifica que...

- ... un producte és originari d'una regió.
- ... la seva procedència li dóna unes característiques particulars.
- ... tota la seva producció es fa en aquesta zona.

Sabeu com podem identificar els productes amb Denominació d'Origen?



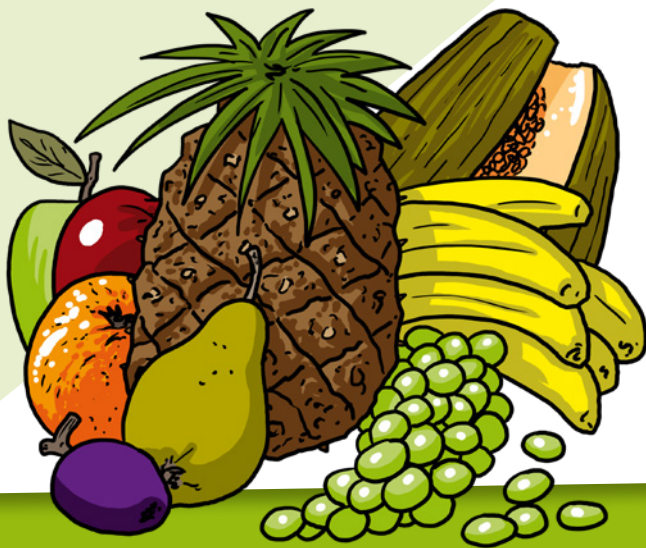
3/ Productes de temporada

Són aquells que es consumeixen quan es troben en el millor moment de maduresa segons el seu cicle de vida. La majoria d'aquests són fruites i verdures. Els seus avantatges sobre els altres productes són:

1. Una major aportació nutricional i un millor sabor, ja que mantenen intactes les propietats.
2. Estalvi econòmic: com que es produeixen tots alhora i n'hi ha més oferta, el preu baixa.
3. Respecte mediambiental, perquè defensen el cicle natural dels productes i eviten els cultius intensius d'un sol producte.

Al llarg de l'any podem gaudir de diverses fruites i verdures de temporada.

Per exemple, la taronja. Encara que la consumim tot l'any, és un producte d'hivern. De fet, els millors mesos per a consumir-la són del gener al abril.



*Sabíeu que...?
Hi ha diverses
denominacions
d'origen protegides
per a diferents
tipus de productes.*



**Si us preguntem alguns productes típics de Catalunya,
sabeu dir-me'n cap?**

Us diré els noms d'alguns productes de la nostra terra, a veure si us sonen:

- Pera de Lleida
- Arròs del Delta de l'Ebre
- Cava
- Avellana de Reus
- Botifarra catalana
- Calçot



Pera de Lleida

Al voltant de Lleida s'estén un territori fèrtil considerat l'**Edèn de la Fruita**. La meitat de les peres que es produeixen al país creixen aquí, sota la denominació de Pera de Lleida.

El clima de la zona fa d'aquestes peres una menja deliciosa.

L'estiu sec les endolceix i l'hivern fred permet reposar les pereres. La seva forma és més arrodonida per l'altura en què es troben els arbres.

A més, hi ha **tres tipus de Pera de Lleida**, totes igual de bones. **La llimonera** (que s'assembla a la llimona), **la blanquilla** (la més petita però la més sucosa) i **la Conference** (la més coneguda).



Arròs del Delta de l'Ebre

Com ja sabeu, un delta fluvial és un munt de sediments aglutinats a la desembocadura d'un riu al mar. El riu es divideix en molts rierols a causa d'aquests sediments, fins que arriba a la costa. Això ocorre al Delta de l'Ebre.



En aquesta terra, **l'aigua dolça i l'aigua salada s'ajunten i donen lloc a una terra molt rica i fèrtil**, perfecta per a conrear els arrossos més especials, com el del Delta de l'Ebre.

D'aquesta terra es treuen 14 tipus d'arròs diferents, però els exclusius catalans són Badia, Gleva i Bomba, un arròs de categoria Extra. Vaja, d'allò més bo!

Cava

Quan ens parlen de vi, de seguida pensem en el vi negre. En canvi, n'hi ha molts més tipus, i fins i tot n'hi ha que tenen bombolles. És el cas del cava, **el vi escumós més venut del món després del famós xampany**. I el 85% es fa a Catalunya.



Es fa amb **3 tipus de raïms**, principalment el macabeu, que dona dolçor; el parellada, que dona frescor; i el xarel·lo, que aporta cos.

Al suc extret d'aquest raïm i barrejat al gust de cada vinicultor, **s'hi afegeix una mica de sucre** per donar una de les begudes més apreciades de la nostra terra. Com que té alcohol, fins que no sigueu adults no en podreu beure.

Avellana de Reus

Des del segle XIII es conrea l'avellana al nostre país. **El 95% de la producció peninsular té l'origen a Reus.**



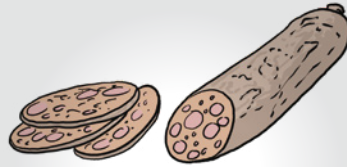
Aquesta fruita seca està molt **integrada en la Dieta Mediterrània** i es pot consumir de moltes maneres diferents.

La producció actual de l'avellana de Reus es concentra a la província de Tarragona.

La DO es pot comprar a les botigues i els supermercats amb clofolla, amb gra sencer -també coneguda com a avellana espellofada o avellana en gra- i torrada.

Botifarra catalana

És l'embotit més famós i consumit de la nostra terra. El seu èxit es deu sobretot al seu sabor suau, que agrada tant a petits com a grans.



Aquest embotit **es fa amb les parts més nobles del porc**. Es tria la millor carn magra de les cuixes i l'espatlla, a la qual es pot afegir una mica de cansalada per fer-la més sucosa. Després de tallar-la en dauets i de salar-la, s'hi afegeix els condiments que es vulgui, per exemple sucre, pebre, tòfona, licor, nou moscada... Per això es poden veure botifarres de tots els sabors i colors. Quan tots els ingredients són junts es pasta, es fica en budells perquè agafi la forma cilíndrica que tots coneixem i es cou. I llesta! Com que és un **aliment proteic**, us aportarà molta energia a l'esmorzar.

Calçot

Un altre producte molt especial que surt al 100% de la nostra terra és el calçot. Poques cebes són **tan importants al món** per a congregar i celebrar al seu voltant una festa: la calçotada. Una **festa gastronòmica** on es mengen calçots escalivats amb salsa romesco i, de segon, botifarres i carns típiques de la nostra comunitat.



El calçot té **aquest nom per la forma en què es conrea**. A mesura que creix el bulb del ceballot, es calça; és a dir, es cobreix amb terra de nou. Així, allunyant-lo de la llum del sol, s'aconsegueix que creixin blancs.

Què hem après avui?

- Els productes amb Denominació d'Origen són aquells produïts, processats i distribuïts a la nostra pròpia comunitat.
- Podem reconèixer-los al supermercat gràcies als segells de qualitat.
- La producció i distribució d'aquests aliments a la nostra comunitat ajuda al creixement econòmic de la gent de la nostra regió.

Activitats

Els productes de la meva terra – Catalunya

El següent és de Guillermo de Torre, un escriptor espanyol, i el va fer el 1923. Fa 95 anys!

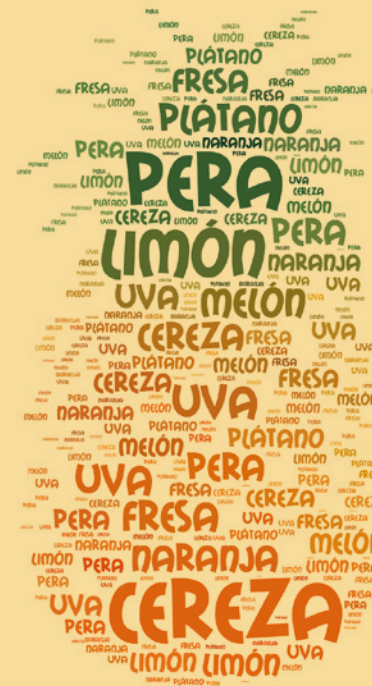
Una constelación pluricolor
Un sol de repetición arroja
ciudad y el mar copulados
El ventilador pirotécnico multi-
plica sus aspas deshilachadas.
Los cohetes braham sironas sobre la
efimera topiza el cielo estival.

Fixa't en un altre exemple:

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

Com que hem estat aprenent molt sobre els productes de la nostra terra, crearem cal·ligrames amb ells!

Observeu alguns exemples de cal·ligrames amb aliments:



Activitats

Els productes de la meva terra – Catalunya

Ara us toca a vosaltres!

a) En primer lloc, trieu un producte de la nostra terra. Pot ser un aliment de temporada. Penseu en alguna cosa que us inspire i escriviu un poema sobre aquest aliment.

b) Després arriba el moment de fer el cal·ligrama. Transformeu el poema en un dibuix, la forma del qual reflecteixi el tema del poema; és a dir, l'aliment que hagueu triat.