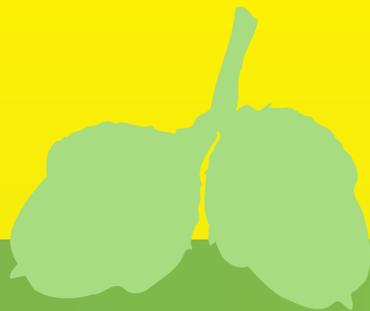


LAS PLANTAS NOS DAN DE COMER

3°



No todo el año tomamos las mismas **frutas y verduras** en casa. Hay algunas de **verano**, como los melones y sandías, y otras de **invierno**, como las mandarinas. Lo mismo pasa con las que crecen de forma espontánea en el campo: unas se recogen en primavera, como las **tagarninas**, y otras en otoño, como los **madroños**.

La diferencia es que las que compramos en las tiendas se cultivan en huertas y campos, cuidadas por los agricultores que las riegan y abonan y las otras **crecen libremente en la naturaleza**. Están al alcance de todas las personas.

De los árboles y arbustos como el madroño y la **zarzamora** se hacen **postres y mermeladas** que podemos añadir a nuestra tostada en el desayuno. Para los amantes de los buenos guisos, los tallos de las tagarninas, en primavera, están deliciosos. **Tortillas y gratinados** son sólo algunos de los platos que se preparan con ellas. En primavera, se recogen los **espárragos trigueros**.

Cada estación del año, los campos de nuestra comarca se convierten en las **mejores huertas de frutas y verduras de temporada**”



> FRUTO DEL MADROÑO



> ZARZAMORA



> MERMELADA



> SANDÍA



> ESPÁRRAGOS TRIGUEROS



> TAGARNINAS

> RECOGIENDO TAGARNINAS

Financiado:



Promueven:

