

CRAEGA

N.º 56 | Primavera 2021

*A poboación galega,
cada vez máis eco*



- Falamos con José Luis Cabarcos, director xeral da Agacal
- Muuhlloa, cosmética ecolóxica dende o corazón da Ulloa
- Berso, o restaurante con horta eco de Martín Mantilla xorde en plena pandemia
- Cociña eco... con Rocío Garrido
- Craega e Fegatri únense para combinar alimentación eco e deporte

- 3** Barómetro de consumo 2020
- 10** A entrevista
- 12** A reportaxe
- 16** Cociña eco
- 18** Plan de acción eco europeo
- 20** Axenda
- 23** Novas breves
- 26** Aliméntate bio

CRAEGA

EDITA: Craega
 SECRETARIO: Javier García Lozano
 DIRECCIÓN TÉCNICA: Manuel María Cancio Álvarez
 DEPÓSITO LEGAL: LU 59-2015

Establecementos colaboradores *polo miúdo*

A Casa da Quenlla, SC

Praza de Abastos, nave 7,
 casetas 227-228-229
 15703 Santiago de Compostela
 A Coruña
 696 506 800
acasadaquenlla@yahoo.es

A Cesta da Saúde

Ramón Cabanillas, 10
 15701 Santiago de Compostela
 A Coruña
 981 592 595
acestadasaude@gmail.com
acestadasaude.es

A Despensa do Avó Francisco

R/ Malloca, 2, baixo
 27003 Lugo
 982 042 056 - 653 985 961
info@adespensadoavofrancisco.com

As Cabaciñas

R/ Restollal, 79, baixo
 15702 Santiago de Compostela
 A Coruña
 981 593 462
cabacias@yahoo.es

Consumo Consciente Árbore

R/ Arquitecto Pérez Bellas, 5, baixo
 36203 Vigo
 Pontevedra
 986 233 497
info@arbore.org
www.arbore.org

D'Aldea

Rosalía de Castro, 25, baixo
 15701 Santiago de Compostela
 A Coruña
 981 598 504
daldea.santiago@gmail.com

Ecocentro Natureza

Avda. de Galicia, 52, baixo
 27400 Monforte de Lemos
 Lugo
 982 404 797 - 982 105 230

Ecogaliza

Praza de Abastos, nave 7,
 locais 222-223-224
 15704 Santiago de Compostela
 A Coruña
 654 609 611
ecogaliza@yahoo.es
www.ecogaliza.com

Ecotenda78

R/ Venezuela, 78
 15404 Ferrol (A Coruña)
 881 122 675
info@ecotenda78.com
www.ecotenda78.com

Eu Consumo Responsable

R/ Santo Domingo, 4, local 5,
 Galería Viacambre
 32003 Ourense
 988 219 849
euconsumoresponsable@gmail.com
www.euconsumoresponsable.es

Ecotienda Orillamar

R/ Orillamar, 76, baixo
 15002 A Coruña
 881 928 749
tienda@ecotiendaorillamar.com

Herbolario Menta

R/ Cesáreo Tizón, 25
 32500 O Carballiño
 Ourense
 988 274 123
solchasa@yahoo.es

Horta + Sá

R/ Pérez Ardá, 26, baixo eq.
 15009 A Coruña
 981 285 021
hortaisabel@yahoo.es

Horta Fresca Tenda Ecolóxica

R/ Damas Apostólicas, 13, baixo
 (A Ramallosa)
 36370 Nigrán
 Pontevedra
 986 352 675
hortafresca.ramallosa@gmail.com

La Aldea Biomarket, SL

Avda. Finisterre, 25
 15004 A Coruña
 981 976 165
riapemon@laaldeabiomarket.com
www.laaldeabiomarket.com

Oibio

R/ Doctor Fléming, 55, baixo
 32003 Ourense
 988 619 952
www.oibio.es

Puro Bio

R/ Bernardo González Cachamuiña,
 28, baixo
 32004 Ourense
 988 603 773
purobio@purobio.es; jose@purobio.es

Tenda Bio-Casa Xorxeira

R/ Waldo Álvarez Insua s/n
 Praza de Abastos
 36670 A Estrada
 Pontevedra
 660 804 298
casaxorxeira@gmail.com

Tenda Ecolóxica Equilibrio

Avda. dos Mallos, 1
 15007 A Coruña
 881 898 788 - 981 242 435
equilibrio@tendaecoloxica.com
www.tendaecoloxica.com

Terrae Orgánica

Rúa Venezuela, 76, baixo
 36204 Vigo
 Pontevedra
 986 115 550
www.terraeorganica.com
terraeorganica@gmail.com

Todo Bio, SL

R/ Doutor Fleming, 7 B
 32003 Ourense
 988 251 257
todobio@hotmail.com
www.todobio.com

Verde Bioleta, SL

R/ Pizarro, 81
 36204 Vigo
 Pontevedra
 986 493 617 - 986 113 068
vbtienda@hotmail.com

A Parada das Bestas

Pidre, 27
 27207 Palas de Rei
 Lugo
 982 183 614
info@aparadadasbestas.com
www.aparadadasbestas.com

Canela Bakery Coffee

Praza Maior, 6-8
 27001 Lugo
 982 106 604
canela@canelaba.com

Fogar do Santiso

Trasellas, 13, Luou
 15886 Teo
 A Coruña
 981 805 985
fogar@fogardosantiso.es
www.fogardosantiso.es

Restaurante Berso

Rúa do Progreso, 12
 27460 Sober
 Lugo
 982 257 816
www.berso.es

Restaurante Campos

Rúa Nova, 2-4
 27001 Lugo
 982 229 743 - 982 220 284
info@restaurantecampos.es
www.restaurantecampos.es

Restaurante España

R/ Teatro, 10
 27001 Lugo
 982 242 717 - 982 229 938
info@restauranteespana.es
www.restespana.com

Restaurante Miramar

R/ Arnela, 35
 15114 Ponteceso
 A Coruña
 981 738 039
www.miramardecorme.com

Restaurante O Grelo

Campo da Virxe, s/n
 27400 Monforte de Lemos
 Lugo
 982 404 701
ogrelo@resgrelo.com
www.resgrelo.com

Restaurante Paprica

Rúa das Nóreas, 10
 27001 Lugo
 982 255 824
restaurantepaprica@gmail.com
www.paprica.es

Restaurante Porta Santiago

Ronda da Muralla, 176
 27002 Lugo
 982 252 405
portasantiago@mundo-r.com

Taberna do Labrego

Camiño Real, 32, Pacios
 27372 Begonte
 Lugo
 982 398 262
tabernadolabrego@hotmail.com
www.tabernadolabrego.com



De esq. a dta., Juan Carlos Cabarcos, director xeral da Agacal; Francisco L. Valladares, presidente do Craega, e José González, conselleiro do Medio Rural

Máis da metade dos galegos consome produtos ecolóxicos

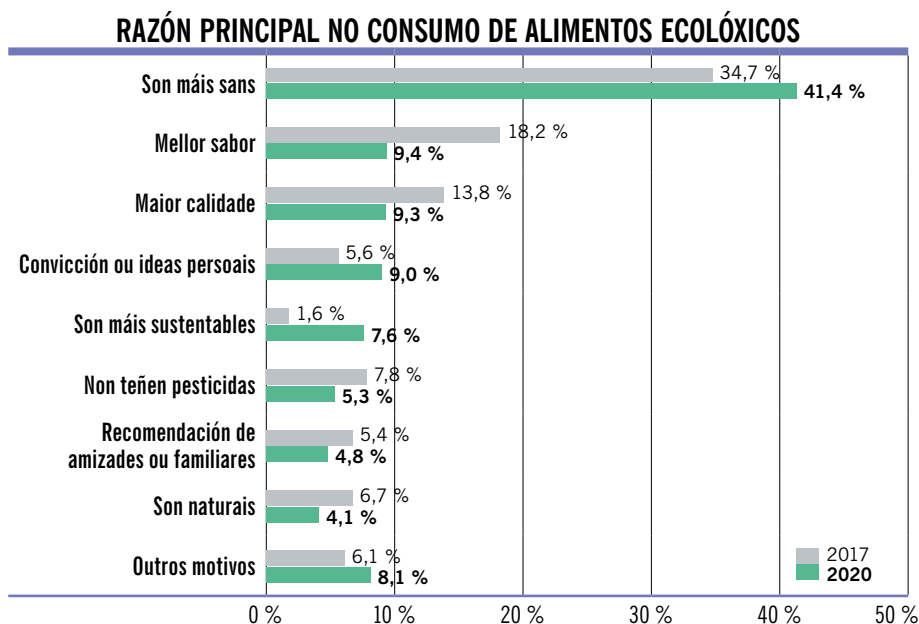
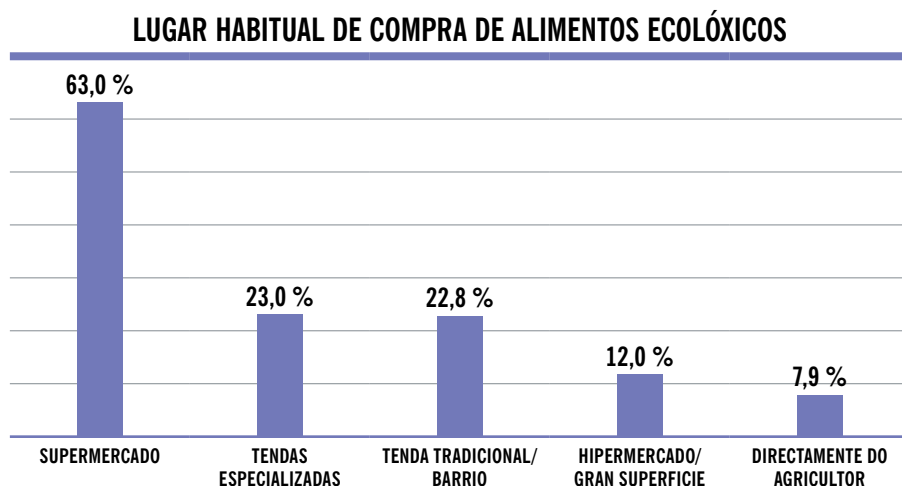
O presidente do Craega, Francisco López Valladares, deu a coñecer o 23 de abril, no Hotel Cardenal de Monforte de Lemos, os resultados do *Barómetro 2020 sobre percepción e consumo de alimentos ecolóxicos en Galicia*. Estivo acompañado polo secretario da entidade, Javier García; o presidente da Axencia Galega de Calidade Alimentaria

(Agacal), José Luis Cabarcos, e o conselleiro do Medio Rural, José González. Os datos foron obtidos a través dunha enquisa telefónica, realizada á poboación galega maior de 18 anos e con responsabilidade a través do sistema CATI. A mostra dos 900 enquisados foi levada a cabo durante o último trimestre do pasado ano.

Valladares foi o encargado de abrir a sesión e detallou algúns dos resultados máis relevantes da enquisa como é o lugar de compra, que segue a ser o supermercado. “O dato máis salientable da enquisa foi que por primeira vez a porcentaxe de consumidores supera a de non consumidores”, indicou. O seguinte en intervir foi o conselleiro José González, quen incidiu en que “falamos de produtos que respectan o medio ambiente e o noso territorio, e para nós iso é importante”, explicou. E engadiu que “temos que dicir todos con orgullo, moito grazas ao traballo do Consello Regulador, que o consumo de produtos eco non é unha moda senón unha tendencia”. Pola súa banda, o presidente da Agacal puxo de manifesto a relevancia dos traballos que realizan desde a Xunta de Galicia. “O Craega, neste sentido, é estratéxico porque pon en valor varios aspectos aliñados cos nosos obxectivos”.

Onde e por que consumir produtos eco

Unha das cuestións consultadas foi o lugar de compra e, con moita diferenza, o establecemento preferido é o supermercado máis próximo ao fogar. A compra nese tipo de comercio é igual á suma dos seguintes catro lugares (tendas especializadas, tendas de barrio, hipermercado e directamente ao agricultor). As adquisicións en Internet, herboristerías e tendas *gourmet* son anecdóticas, non chegan ao 6 %.



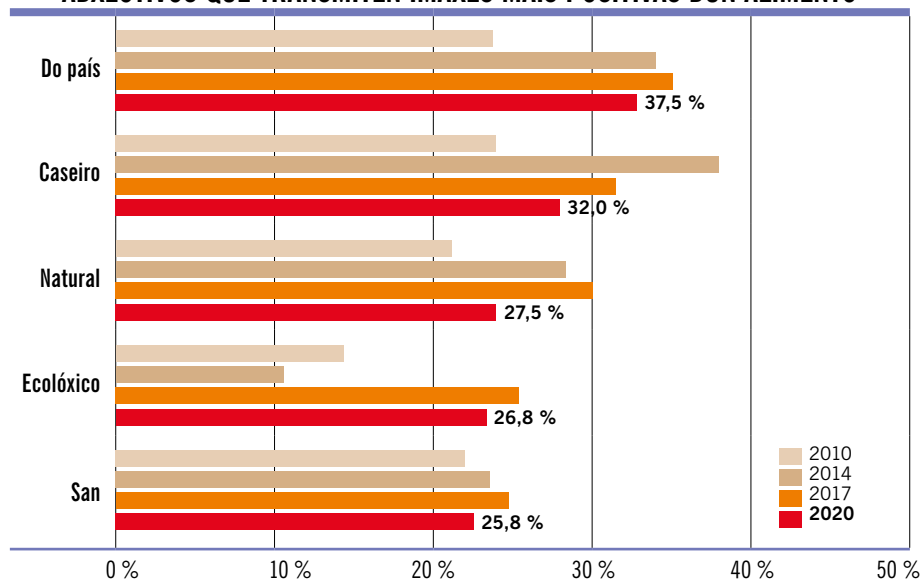
O establecemento preferido é o supermercado máis próximo ao fogar

En canto ás razóns no consumo deste tipo de alimentos, a saúde é o motivo principal, ata o punto de que aumentou o peso que representa respecto do resto das motivacións: máis dun 41 % basea a súa compra de alimentos ecolóxicos no feito de que son máis sáns. Porén, o sabor ou a calidade perderon certa importancia como motivos de compra, ao contrario que as razóns de sostibilidade, que contan cun maior crecemento.

“Do país”, a expresión máis positiva

O denominado como “Eixe da alimentación saudable” ten un peso salientable na compra de alimentos en Galicia. No Barómetro destácase a vinculación a Galicia que representa “do país” e segue a ser a frase primordial para reflectir o aspecto máis positivo dun alimento. Respecto diso, na presentación o conselleiro lembrou que “a defensa do noso, desa procedencia de produtos ben elaborados con calidade e apegados ao territorio estase poñendo enriba da mesa co Decreto de Artesanía Alimentaria”. Outros dos factores a ter en conta son a garantía de non presenza de praguicidas como o aspecto característico do alimento ecolóxico, seguido da súa consideración como máis sáns. O prezo

ADXECTIVOS QUE TRANSMITEN IMAXES MÁIS POSITIVAS DUN ALIMENTO



alto consolida a perda do seu peso na caracterización destes alimentos, e deixa de ser o seu principal aspecto negativo.

Coñecementos e perfil do consumidor

Os alimentos eco son coñecidos pola práctica totalidade da poboación. Os niveis educativos máis altos melloran a porcentaxe xeral de coñecemento de este tipo de alimentos. Nos concellos cun tamaño menor, queda por debaixo da media.

Cabe resaltar que a porcentaxe de persoas que indican non coñecelos se reduciu máis dun 50 % na última década e representa na actualidade menos do 9 % dos enquisados.

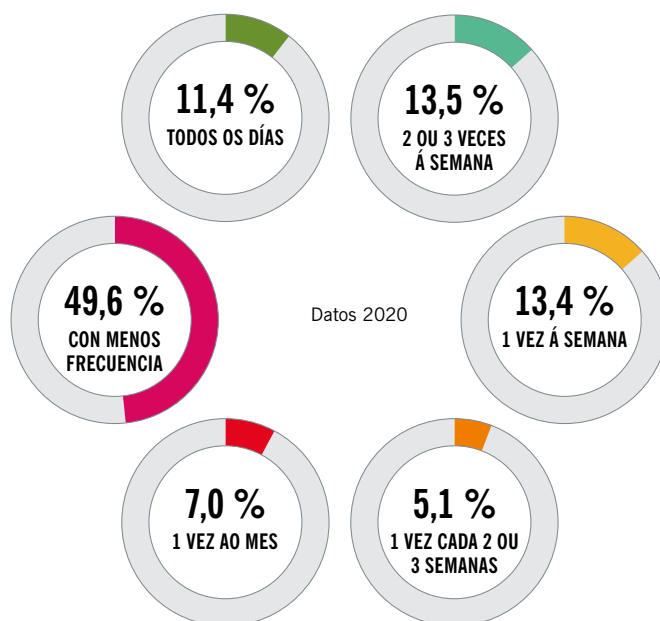
No que atinxe á frecuencia, o 38,4 % consome alimentos ecolóxicos todas as semanas e desa porcentaxe ata un 11,4 % os consome a diario. Respecto do último barómetro, mingou o peso das persoas con menos frecuencia de consumo e aumentaron as que afirman consumilos máis habitualmente.

No tocante ao tipo de alimentos que se consomen, hai un crecemento de lácteos e conservas, en comparación co barómetro de 2017. O resto dos alimentos perderon peso porcentual, aínda que destaca especialmente o descenso no consumo de ovos.

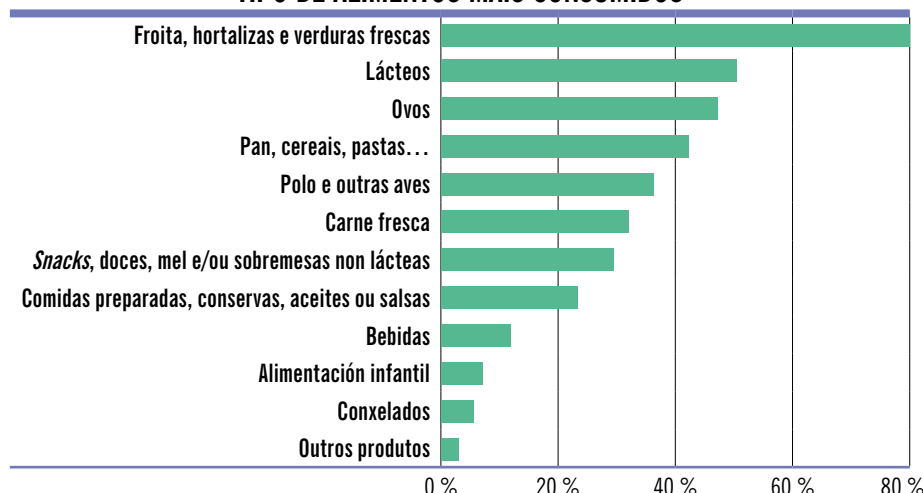
Un dos datos máis salientables que se obtivo desde que se realiza o barómetro foi que, por primeira vez, a porcentaxe de consumidores supera a de non consumidores (50,4 %). Aínda que a diferenza é feble, explica a tendencia de crecemento na última década. As persoas en idade activa, entre os 35 e os 49 anos sobre todo, e as persoas cun nivel educativo superior ao secundario, perfílanse como os consumidores preferentes. Neste eido, o conselleiro indicou que “se imos cara abaixo, chegaríamos a ver que os que nos están a dar leccións desa necesidade de apostar polos alimentos ecolóxicos e polo benestar animal son os rapaces”.

O alimento ecolóxico representa entre o 10 % e o 30 % da compra total para case o 42 % das persoas entrevistadas, unha porcentaxe que medrou máis dun 5 % respecto do último barómetro de 2017. Tamén creceu o número de persoas que afirman incluír na súa compra habitual máis dun 50 % de alimentos ecolóxicos. Máis do 80 % das persoas indica que aumentaría esta porcentaxe e consumiría moito máis alimento ecolóxico. Aínda que é sinónimo de alimento fresco, os produtos elaborados gañan terreo. Respecto ao máis consumido,

FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS ECOLÓXICOS



TIPO DE ALIMENTOS MÁIS CONSUMIDOS



Arredor do 70 %
leva máis de tres
anos consumindo
alimentación
ecolóxica, un
costume que
non mudou coa
pandemia

encabezan a lista os produtos de orixe vexetal, e no 40 % dos casos a falta de consumo noutras categorías explícase polo descoñecemento da oferta.

O consumidor destes alimentos segue incrementando a súa fidelización, posto que arredor do 70 % leva máis de tres anos comprando alimentación ecolóxica, un costume que non mudou coa pandemia.

Un 70 % das persoas confía na certificación

Outra das conclusións extraídas foi que case a terceira parte dos enquisados recoñecen algún tipo de certificación vencellado á alimentación eco. Esta porcentaxe medrou máis dun 25 % respecto do último barómetro. Non obstante, só unha pequena parte

é quen de identificar correctamente o selo do Craega. Neste sentido, López Valladares apuntou que “temos que traballar máis” e engadiu que “cada vez se esixen máis selos para os produtos e isto supón que o consumidor non saiba que está comprando; creo que hai que acurtar en certificacións”.

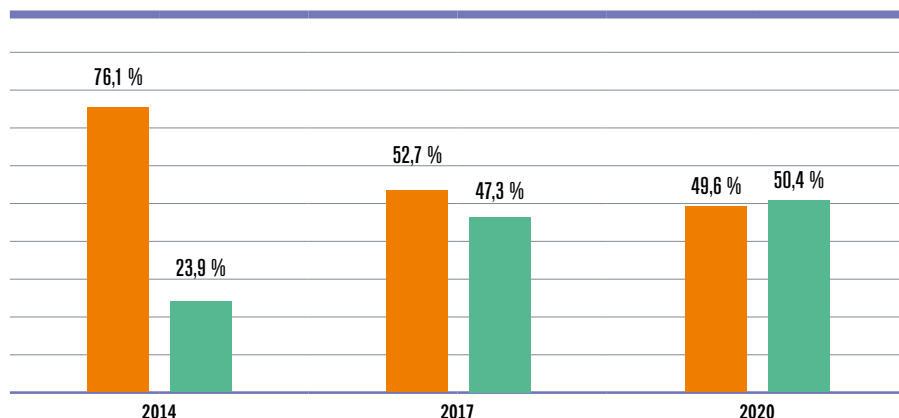
Pola súa banda, o conselleiro do Medio Rural puntualizou que “hai moitos selos, pero o do Craega é o máis importante, é o selo do ecolóxico o que liga a orixe natural dos produtos, polo que é fundamental ter en conta esta orixe, a base territorial”. Explicou a súa relevancia, xa que “en Galicia sabemos como facer produtos ecolóxicos saudables e de calidade. Se van co selo do Craega temos esa garantía”.

A confianza na certificación segue a medrar con respecto aos anteriores anos, xa que o 70 % das persoas indican confiar bastante ou moito na certificación. Isto supón un crecemento do 5 % con en comparación co barómetro anterior. A alimentación de certificación ecolóxica aparece neste barómetro moito máis democratizada, lonxe da súa valoración no comezo da implantación no mercado. O feito de que se acceda a través do supermercado e que, por primeira vez, sexa superior a porcentaxe de consumidores que de non consumidores, permite falar dun asentamento nos hábitos de consumo da cidadanía.

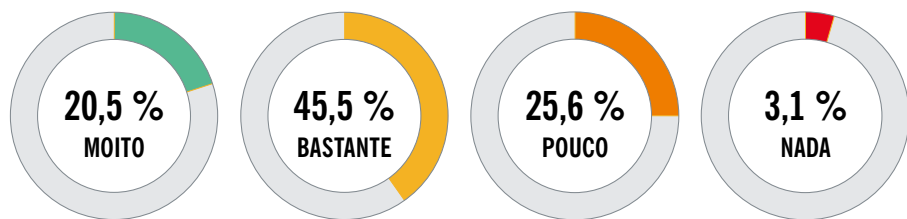
A información sobre as características do alimento ecolóxico mellorou no nivel básico, aínda que lle queda moito por avanzar nos máis especializados, pero que son necesarios para unha correcta distinción entre outras categorías de alimentación (sobre todo en relación ao mercado de alimentos vendidos como “saudables” que compiten no Eixe do saudable).

No ámbito específico galego, a vinculación coa orixe é determinante (“do país”), aínda coa dificultade que supón para moitos consumidores diferenciar o produto de certificación ecolóxica do produto de proximidade, a relación con Galicia é un factor de motivación ao consumo a ter sempre en conta. Este factor, xunto coa confianza, pode ser clave para mellorar a implantación nos estratos de idade máis altos.

CONSUMIDOR NON CONSUMIDOR



CONFIANZA NA CERTIFICACIÓN



Datos 2020

Aposta da Administración

Ante o crecemento do consumo de produtos eco, o conselleiro indicou que está a ser unha aposta da Xunta de Galicia. Por iso, apunta que queren “reforzar a promoción conxunta, apostando por unha marca que nos una a todos, por iso esa Galicia Calidade tennos que unir a todos”. Así mesmo, sinalou que estaban a traballar na actualización da Lei de Calidade Alimentaria, que é do ano 2005, coa que “pretendemos mellorar o funcionamento dos nosos consellos reguladores”. Ademais, afirmou que están incidindo na Lei da recuperación da terra agraria de Galicia, “porque é ben certo que a lei opera en todo o territorio, pero ten máis importancia naquela zona na que hai máis aban-

dono, e curiosamente esa é a terra que máis posibilidades ten de levar un desenvolvemento ecolóxico; polo tanto, ligado a todo o que reclama Europa nas estratexias de biodiversidade e as implicacións que trae consigo ter máis hectáreas en ecolóxico, esta lei ten que tratar de impulsar nesas zonas gandería e agricultura en extensivo e, na medida do posible, en ecolóxico”, expuxo. Dentro da devandita lei, hai proxectos que xa están en marcha, como son tres aldeas en funcionamento, que son ganderías en extensivo e incluso algunha delas certifica en ecolóxico, e están pendentes de licitarse outras oito. Nese sentido, González confesou que “nada nos gustaría máis que puidesen entrar proxectos que estivesen ligados a gandería ou agricultura en extensivo e tamén en ecolóxico”.

Pola súa banda, o presidente da Agacal, resaltou a relevancia do Craega. “Pon de relevo varios dos aspectos aliñados cos nosos obxectivos, tendo en conta que a nivel internacional falamos do Pacto Verde, Plan de Recuperación, Cambio Climático e demais, todo o que se fala a nivel internacional é importante e está en liña co modo de traballo do Craega”. Cabarcos engadiu que a concienciación ecolóxica é unha tendencia que “chegou para quedar e para medrar, que é o relevante”. Ao igual que o conselleiro, incidiu no incremento da base territorial, “a posibilidade que temos hoxe en día é unha oportunidade para que se poida medrar en cultivos en extensivo e para fomentar a biodiversidade e a produción autóctona”.

Barómetro 2020



Vídeos da presentación (parte 1 e parte 2)





A carreira profesional de José Luis Cabarcos, director da Axencia Galega de Calidade Alimentaria (Agacal) dende 2020, está orientada tanto ao mundo industrial como ao da formación. Comezou desenvolvendo programas culturais e sociais no concello de Arteixo entre os anos 2001 e 2004. Foi director de operacións e de área de negocio no Grupo Aluman desde 2005 ata 2011, director xeral de IFFE Business School de 2011 a 2014 e, posteriormente, director xeral en CEO Solutions de 2014 a 2018.

No ámbito da docencia exerceu como profesor de posgrao e de diversos seminarios na Universidade da Coruña entre os anos 2012 e 2014, foi director do Executive MBA da Escola de Negocios de Afundación e docente titular na dirección de operacións, proxectos e simulación empresarial desde 2015 ata 2019.

Aproveitando a presentación do barómetro, conversamos con el para que nos contase cales son as principais estratexias da Axencia para apoiar o sector e cales son os retos en materia ecolóxica para o futuro.

José Luis Cabarcos Corral

Director xeral da Agacal

Dentro das liñas de actuación de Agacal, inclúese a promoción dos produtos englobados nas denominadas “Experiencias de calidade”. Podería explicarnos cales son esas experiencias e que produtos se acollen?

Con elas facemos referencia aos 36 produtos amparados en Galicia con indicativos de calidade, tanto denominacións de orixe como indicacións xeográficas protexidas. Falamos de viños, queixos, produtos cárnicos, produtos da horta e mesmo sobremesas que configuran unha despensa de enorme riqueza e calidade, como é a galega. Por suposto, tamén englobamos os produtos de agricultura ecolóxica.

Por que cre vostede que son importantes os selos de certificación?

Estes indicativos danlles ás producións do agro un valor engadido e permiten a súa clara identificación no mercado, tanto pola súa calidade como pola súa orixe.

Polo tanto, estas referencias favorecen de xeito fundamental a comercialización destes produtos e permiten, ademais, a súa venda a prezos que lles dan cobertura aos custos en toda a cadea de valor, dende o gandeiro e o agricultor ata a distribución, pasando pola industria, coa debida marxe de beneficio para todos.

Por iso, por exemplo, na Estratexia de Dinamización do Sector Lácteo apostamos, de xeito decidido, por impulsar as denominacións de orixe de queixo, xa que con elas se incrementa o valor engadido do leite e se obteñen bos prezos no mercado.

Cales son os resultados obtidos das diferentes campañas realizadas para poñelos en valor (“#vou de Súper Feirón” ou “36 experiencias de calidade”)?

Estou convencido de que estas campañas son eficaces e que están a acadar os obxectivos que perseguimos con elas. No primeiro caso, “Vou de Súper Feirón” está vinculada a Mercaproximidade, a nosa canle alternativa de comercialización creada para darlles saída aos produtos que atopaban dificultades de comercialización pola pandemia. Grazas á implicación de 450 produtores e de practicamente todas as cadeas de distribución que teñen presenza en Galicia, foi posible artellar unha iniciativa que está a ter continuidade e da que estamos moi satisfeitos.

Con respecto a “36 experiencias”, esta é a nosa campaña de referencia para as producións de calidade e ampara todos

os eventos, promocións e elementos de *marketing* que empregamos, da man do sector, para impulsalas.

Pensa que as certificacións e, en concreto, o selo de certificación ecolóxico, son entendidos polos compradores como garante de seguridade alimentaria?

Como xa dixen, estes selos outórgalles aos produtos un valor engadido, tanto dende o punto de vista da súa excelencia organoléptica como, tamén, dende a perspectiva da seguridade alimentaria. Os consumidores son, sen dúbida, conscientes deste “plus” que lles confiren ás producións do agro e saben valoralo. Por iso están dispostos a pagar un prezo acorde con esa calidade e así o amosa o Barómetro do Craega presentado recentemente.

En materia de produción ecolóxica, poderíanos contar cal está a ser a aposta da Agacal para seguir apoiando o sector?

A aposta da Xunta polo ecolóxico enmárcase nas políticas europeas de impulso a estas producións. Apoiamos decididamente este eido como dinamizador do territorio e do sector agroalimentario e tamén na súa capacidade para atraer consumidores e colmar as súas aspiracións. Por iso colaboramos estreitamente co Craega tanto no ámbito do control da calidade coma no da promoción e comercialización.

Malia que a produción eco en Galicia medra ano tras ano, parece que segue a ser un sector pouco visibilizado, sobre todo nos lineais das grandes superficies. Como cre que se podería revertir esta situación?

Cómpre seguir reforzando a promoción e a comunicación dos valores da produción ecolóxica entre o consumidor final e tamén afondar na sensibilización social sobre esta cuestión, pero imos no bo camiño. Ao tempo, debemos intensificar todo o que ten que ver co I+D+i aplicado á agricultura ecolóxica, así como coa formación e profesionalización do sector. Todo iso contribuirá, sen dúbida, a mellorar esa visibilización.

“Debemos intensificar o I+D+i aplicado á agricultura ecolóxica, á súa formación e á súa profesionalización”

De que xeito contribúe Agacal a impulsar a proxección dos produtos galegos cos diversos distintivos de calidade no mercado internacional?

Colaboramos co Igape e co Goberno central nesta materia, apoiándonos na súa estrutura de oficinas no exterior. Neste contexto, organizamos diferentes iniciativas de promoción dos nosos produtos e temos presenza en importantes feiras internacionais do sector agroalimentario. Ademais, colaboramos e financiamos as accións de promoción que fan directamente os consellos reguladores, tamén no exterior. Neste sentido cómpre dicir que temos abertas liñas –por parte da Consellería– para esta finalidade, con atención especial á proxección dun dos nosos produtos máis “internacionais”, como é o viño.

Vídeo da entrevista





Martín Mantilla decidiu rehabilitar a casa da súa avoa para montar o seu restaurante de km 0 en Sober (Lugo). Este experto da cociña, ademais de contar cun máster de profesorado, ten un equipo de profesionais que, como el mesmo di, fan que entre todos “saquemos isto para diante”. Berso Tradicionalmente Moderno, así é o nome deste negocio e así se reflicte no local, desde a decoración ata os pratos. Ao seu carón atópase a horta, certificada en ecolóxico polo Craega, da que sae moita da súa materia prima. O proxecto naceu no medio da pandemia, pero Mantilla aproveitou para impartir cursos durante os peches, unha actividade que compaxina co traballo do restaurante.

Como xurdiu Berso?

Abrimos por primeira vez o 18 de agosto do ano pasado, en plena pandemia. É un proxecto que viña de antes, o que pasa é que se alongou por temas de licenzas. Cando iamos abrir, veu o coronavirus e confináronnos, pero hai que mirarlle o lado positivo: se un negocio é capaz de funcionar nestas circunstancias, pois creo que vai ter moito feito cando isto mellore. O nome foi por poñer Sober ao revés, gustounos, estaba sen rexistrar e quedou bautizado. E o de “tradicionalmente moderno” foi por compaxinar o rural con temas un pouco máis modernos.

A decoración foi feita a conciencia...

Si. A decoración fixémosla entre a miña muller e eu; ela ten moito que ver. Non contamos con ninguén, é moi persoal. Este é un pobo con moita tradición de banda musical, temos un apartado dedicado á música de banda e tamén á pandeireta. Os cadros son todos pintados por miña nai. É todo moi familiar.

Tivo boa acollida?

Si, ten boa acollida. En xeral, aos clientes gústalles moito. Ao estar nunha aldea no rural, ten o seu encanto. Saes da aglomeración e vés a un sitio máis tranquilo. Nótase que hai menos xente de fóra, pero eu creo que está habendo un turismo máis local, que busca zonas que non estean saturadas. No rural podes pasear tranquilamente e case sen atoparte con ninguén; iso é unha vantaxe que temos.

Como é a forma de traballo?

Á carta, polo momento non traballamos con menú. En canto á clientela, é variada. A fin de semana, se non hai peches, achéganse visitantes de Vigo ou da Coruña, pero moitos da zona.

Que alimentos destacarías?

A verdura, cando está en tempada. Ao vir directamente da horta, máis fresca non a podes ter. Tamén nos baseamos nunha cociña de mercado, en función da época do ano. Por exemplo,

o peixe, dependendo do que haxa no seu momento, collemos un ou outro; se hai caza, imos por aí. Seleccionamos en función da época e imos variando a carta.

Todos os produtos son da horta?

Todo é imposible, non damos abastecido. Hai da horta en tempada, unha boa parte. Pero por circunstancias, pois hai hortalizas que non valen todo o ano e buscamos sempre de proximidade ou ampliamos o radio ata que atopamos o que buscamos. Nós na horta temos o que hai de tempada, pero principalmente o que máis empregamos na cociña: leitugas, tomates, pementos, cebolas, porros...

E en canto ás bebidas?

Na carta de viños temos dúas partes: unha que é a Ribeira Sacra, na que realmente máis nos interesa traballar. Dentro dela, está o apartado de viños eco, sobre todo galegos. Cada vez son máis os que están aparecendo en viño eco. En canto á cervexa, é máis difícil, porque é artesá e nesta época de aperturas e peches non é recomendable porque hai que consumila axiña, se non, deteríorase. Sidras, porén, si que temos moitas.

Como é o contacto para ter os produtos eco?

Hai veces que escoitas que están facendo algo, preguntas e interésaste polo produto; outras veces é ao revés, o produtor é quen vén para ofrecercho. Nos pequenos produtores é así, veñen porque lles interesa que o produto sexa ben tratado e buscan este tipo de sitios.

Por que decidiches contar con produtos eco e co selo do Craega?

Realmente se buscas unha materia prima de calidade para o servizo, o ecolóxico vai ligado; tes un produto de tempada, fresco, dunha calidade inelorable e, ademais, saudable. Eu creo que temos que volver a recuperar hábitos saudables para a xente e o medio ambiente e, ao mesmo tempo, incéntase a economía circular da zona; se comprásemos toda a mercancía a Madrid, aquí nas aldeas non viviría ninguén.

“Se buscas materia prima de calidade, o ecolóxico vai ligado”



**Temos que
incentivar a
economía circular
da zona; se
comprásemos
toda a mercancía
a Madrid, nas
aldeas non viviría
ninguén**

Cales son os teus pratos favoritos?

A min todo o que leve verdura xa me gusta, pero estamos nunha zona na que a carne é boa. Por exemplo, a tenreira galega ecolóxica a min paréceme brutal. Eu quedaríame coa carne en todas as súas formas; se é boa, dá igual o corte que teña.

Como consegues recuperar os pratos “da avoa”?

Pois moitas veces polo que che vai contando a xente. Chega alguén que che di: “Miña avoa facía esta receita” e intentas sacala. Trátase de compaxinar, de buscar que neste restaurante poidas comer uns callos ben feitos ou un caldo galego coma o de sempre. Non queremos un produto tan moderno, senón ter as receitas de toda a vida; son as nosas raíces e non podemos esquecernos delas.

Recentemente, recibiches o certificado de Slow Food Compostela. Que supón contar con este tipo de recoñecementos?

É un paso máis que apoia o traballo que fas no día a día. Dá seguridade e visibilidade, porque a xente sabe o que estás facendo.





De esquerda a dereita: María Álvarez, Carmela Valiño, Marta Álvarez, Chusa Expósito e Anxos Orgueira

Muuhlloa, cosmética galega, ecolóxica e colaborativa

Na comarca da Ulloa aséntanse dúas marcas de produtos ecolóxicos do Craega con máis de vinte anos de historia e ata alá nos achegamos para saber quen está detrás delas. Por un lado, Granxa Maruxa, rexentada por Marta Álvarez coa axuda da súa irmá María, na que traballan para obter o mellor leite ecolóxico que sae da súa granxa situada en Monterroso. Polo outro, en Palas de Rei atópase Milhulloa, unha cooperativa que se centra no cultivo ecolóxico de plantas medicinais e hortalizas, dirixida pola farmacéutica Chusa

Expósito e a bióloga Carmela Valiño, xunto con Anxos Orgueira. O baixo pago dos produtos levounas a ter que innovar e así é como naceu Muuhlloa, unha firma de produtos cosméticos galegos e ecolóxicos, ademais de ser colaborativa, xa que están implicadas outras entidades que seguen a súa filosofía. O produto que deu a coñecer a marca foi un leite corporal feito con leite e milfollas, que, como a propia María relata, “fixemos o evidente: un leite corporal con leite, algo que ata o de agora non había”. Actualmente, teñen tres artigos á

venda, aínda que en breve lanzarán outros (xampú e labial). Os seus produtos están avalados co selo de bio. inspecta e ECOPlus de Bio Vida Sana.

Este ano recibiron o premio Son Muller da Asociación de Mulleres Empresarias de Lugo, no apartado Empresaria Rural, pola calidade dos seus produtos e pola súa firmeza ao apostar polo ecolóxico, o rural e desde o feminino. Un premio que para estas cinco mulleres significa moito, máis ao ser económico, “algo que precisamos moito para seguir traballando, investigando e innovando”.

Como xurdiu a idea?

Marta: Pois do mal que nos pagan o leite. Un día de inverno achegueime ata Milhulloa queixándome diso e elas tamén se lamentaban polos prezos dos seus produtos. Ao final, nós vemos que temos boas materias primas, temos a mesma filosofía de traballo e somos contrarias ás grandes superficies. O primeiro que pensamos foi facer un leite corporal co leite da granxa e as súas plantas.

Chusa: Nós desde o principio traballabamos con algún balneario para facerlle uns aceites. Entón isto foi como o xermolo da cosmética, que era a nosa ilusión. Ademais, ao xuntarnos cunha persoa coma Marta, que é unha bomba, tiñamos que tirar para adiante. Esa idea sempre a tivemos e cando ela nos falou do leite pareceunos marabilloso.

Como foi o proceso de elaboración?

María: Chusa e Carmela son farmacéutica e bióloga. Elas pensaron cales serían as plantas que se axustaban a cada produto. A milfollas, ou herba dos carpinteiros, é moi cicatrizante, calmante e fácil de atopar. Chusa dixo que mesturándoo daba un bo resultado e probamos. Nós tiñamos claro que tiña que levar unha boa parte de leite, e ten un 40 %. Logo, elas recolleron a milfollas, maceraron os pétalos e fan o hidrolato. O día que se ten que levar todo a luvenor Lab (O Carballiño) prepárase e o laboratorio dálle un rexistro sanitario, fai as análises e certifica que é unha crema estable no tempo e que non con-

tamina. Nós levámoslles as materias primas bastante elaboradas e logo eles fan a emulsión e empaquetado.

Por que a milfollas para o leite corporal?

Carmela: É a que predomina aquí e no estudo que fixemos vímoslle moitas propiedades. É cicatrizante para a pel; de feito, chámalle a herba dos carpinteiros porque ten capacidade rexeneradora. Cada día descubrímoslle novos beneficios.

O leite está claro en cada produto, pero cal é o criterio para a escolla das herbas?

Carmela: Das que temos aquí vemos as propiedades que teñen e que queremos meter a cada crema. A facial ten por obxectivo darlle elasticidade á pel para previr o envellecemento, pois poñemos plantas que teñen capacidade antioxidante e todo iso xunto cos estratos que buscamos doutros produtos que integramos.

Chusa: Desde o século XIX, que tivo lugar a revolución da química moderna, está todo estudado, e a partir de aí imos mirando. O importante é que sexa unha mestura boa para que melloren as propiedades. Ademais, encántanos o sistema de facer unha cosmética colaborativa.

Cal diríades que é o produto estrela?

Marta: Son os tres que temos agora mesmo, pero depende das épocas. Estamos moi contentas nese aspecto porque o mundo da cosmética non é



Todos os que
somos pequenos
estamos máis
unidos e facémonos
publicidade

un mundo fácil, nin moito menos, pero a xente que proba apunta que ten unha boa calidade.

Agora estades pendentes novos produtos...

Chusa: Si, pero fannos falta cartos. Para todo isto, para o proceso de estudo etc. Nós non temos maquinaria. Para que cumpra a función do produto, necesita un plan de estudo e maquinaria para iso. Agora mesmo temos liquidada a fórmula do xel e do labial.

Cales diríades que son as razóns para mercar estes produtos?

María: O primeiro, por suposto, é que son produtos ecolóxicos. Son bos. E despois tamén a xente se decata de que somos cinco mulleres cunha empresa moi pequena e que estamos tratando de construír algo ben feito e desde a solidariedade. Entón isto tamén os incita a mercar para colaborar. Sempre falamos da xente coa que elaboramos os produtos e poñémolo nas etiquetas. Todos os que somos pequenos estamos máis unidos e facémonos publicidade.

En canto aos consumidores, de onde é a clientela?

Marta: Empezamos en Madrid e estamos moi estendidas alí, grazas a un programa no que saímos. En Cataluña e no País Vasco tamén temos boas vendas. O que nos falta fóra de Galicia son tendas físicas; temos en sitios puntuais.





Granxa Maruxa, unha gandería con moita arte

Granxa Maruxa conta con máis de vinte anos como tal, pero a súa historia remóntase a cincuenta anos atrás, cando o pai de María e Marta iniciou o proxecto. Cando Marta estaba a piques de rematar os seus estudos de Empresariais, chegou a casa e “escaparan as vacas, tróuxenas e pareceume sinxelo”. A partir de aí comezou a súa andaina. Tivo que aprender todo de cero e tras coñecer todo o relacionado con isto, visitou a granxa Casa Codesal co seu pai “e el mesmo se decatou que era posible o ecolóxico”. Tras a concesión do selo do Craega, empezou coa súa produción de leite. Neste momento contan cunhas 62 vacas, das que moxen unhas 28. Actualmente está a punto de saír a cooperativa As Vacas da Ulloa, un proxecto que nace xunto con Ganados A Cernada e co que farán todos os produtos derivados do leite. Desde hai sete anos axúdaa a súa irmá María, que pechou o estudio fotográfico para axudar a Marta na granxa: “Estou encantada, non me cambiaría por nada”.

Na carballeira que hai ao redor da granxa tamén acollen o Festival Agro-cuir, unha idea que naceu para darlle máis vida ao rural. Ademais deste, que xa ten historia, tamén se celebrou o Monterrosón ou o de Arte no Rural, que xa se mostra no exterior da granxa e da vivenda.





Milhulloo, pioneira na deshidratación de plantas



Desde o seu nacemento decidiron contar con selo do Craega para o seu proxecto pioneiro: “Empezar con plantas medicinais non foi vantaxoso, porque daquela non se consumían tantas infusións”, explican. Pero pouco a pouco foron calando e a entidade foi medrando. No inverno, a cámara de secado estaba baleira, polo que buscaron unha opción que encaixase coa súa filosofía de produtos autóctonos e probaron co grelo. Tras as análises, viron que quedaba ben e foi unha salvación para darlle uso ao secadoiro nese período.

Milhulloo xa cumpriu máis de vinte anos de vida. Chusa e Carmela completaron as súas carreiras cun mestrado de creación de empresas e así naceu a entidade, xa que o seu proxecto foi escollido e, tras finalizar o ano de estudos, decidiron que tiñan que seguir adiante. A idea que lles propuñan era que empresas de fóra lles mercasen os produtos, “pero non pagaban nin a colleita”.

Actualmente contan cunhas 65 variedades, incluíndo as mesturas, e a forma de traballar é tratar con xente que está en ecolóxico ou o secado de produtos a variadas empresas. Tamén teñen unhas 10 hectáreas de cultivo das plantas.

A pandemia neste sector semella non ter pasado. “Quizais porque a tendencia foi ir máis ao pequeno comercio e aí é onde estamos nós”, apuntan. Aproveitaron esta época tan atípica para facer un etiquetado diferente, “unha homenaxe para os avós e padriños, que ao final son os que sempre nos consenten e os que máis se están vendo afectados pola pandemia”.

ECO receitas

A primavera tráenos luz e esperanza tras os duros días de inverno. Así se reflicte nas boas vibracións que nos producen estes pratos cheos de cor que nos propón a restauradora Rocío Garrido neste menú saudable, fácil e económico. Atrévadesvos a probar na casa?



Rocío Garrido Caramés

Editora de La Cocina de mi Abuelo
<https://www.cocinademiabuelo.com/>

*Recomendamos que todos os ingredientes que se utilicen sexan de produción ecolóxica.

PRIMEIRO PRATO

Crema de cabaza e mazá

Preparación

1. Cortamos en anacos a cabaza, a cebola, o allo porro e as 2 mazás (agás a mazá verde)
2. Poñemos unha tarteira a lume medio cun pouco de aceite, a cebola e o allo porro, e deixamos que se cocine uns minutos, remexendo de vez en cando, para que as verduras se fritan e se caramelicen.
3. Engadimos os anacos de cabaza e mazá e refogamos uns 5 minutos.
4. Incorporamos o caldo de verduras ou auga e deixamos cocer uns 15 minutos, ata ter ben cocidas as verduras. Poñemos sal e pementa acabada de moer ao gusto. Agregamos un bo anaco de queixo, remexemos para que se funda coa calor e trituramos todo ata ter a nosa crema.
5. Cortamos a mazá verde en anacos e colocamos uns poucos no prato sopeiro e cubrimos coa crema, espaxamos unhas sementes e engadimos un fío de aceite de oliva virxe extra.
6. Servimos quente.

Ingredientes

- 500 g de cabaza xa limpia
- 2 vasos de caldo de verduras
- 2 mazás
- 1 mazá verde
- 1 allo porro
- 1 cebola pequena
- Aceite de oliva
- Pementa
- Sementes para decorar
- Sal
- Queixo galego: Arzúa Ulloa, Galmesano, Tetilla, San Simón da Costa...



SEGUNDO PRATO

Guiso de tenreira con pasta



Ingredientes para 4 persoas

- 500 g de carne de tenreira galega
- 500 g de pasta curta
- 1 cebola
- 1 pemento
- 2 tomates maduros
- 1 litro de auga ou caldo de verduras
- Aceite
- Sal e pemento doce

Preparación

1. Nunha tixola baixa poñemos un pouco de aceite de oliva e, cando estea quente, engadimos a cebola e o pemento cortados en anacos pequenos. Deixamos que se sofrita ben.
2. Botamos os tomates maduros relados e deixamos que se sofrita ben. Engadimos a carne cortada en anacos e remexemos. Cocinamos 15 minutos.
3. Incorporamos a pasta, un pouco de pemento doce e sal ao gusto. Cubrimos de auga e deixamos cocinar ata ter a pasta cocida. Probamos de sal e rectificamos se fose necesario.

Xa temos o noso guiso listo!

SOBREMESA

Preparación

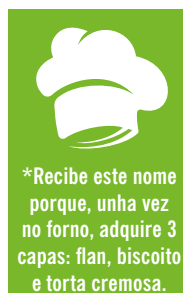
1. Imos usar un molde de 24 cm apto para forno, o cal forramos con papel de forno. Quentamos a 180 °C.
2. Separamos as claras das xemas. Batemos as claras a punto de neve e, cando estean ben montadas, engadimos a metade do azucre e removemos ata ter unha especie de merengue ben firme. Reservamos.
3. Por outro lado, batemos as xemas co resto do azucre ata que dobren o seu volume e teñamos unha mestura branquiña. Engadimos a vainilla, a peladura do limón e seguimos batendo.
4. Logo sumamos a manteiga a temperatura ambiente, seguimos botando o leite e batendo sempre entre os ingredientes que imos agregando.
5. É hora de engadir o sal e a fariña: seguimos batendo para que a mestura non se baixe e ligue ben. **O truco é bater moi ben para que a mestura colla aire e nos quede esponxoso e se formen logo as capas.** Agora incorporamos as claras montadas con coidado para que non baixen.
6. Vertemos no molde e alisamos a superficie. Metemos no forno, pasados 10 minutos baixamos a temperatura a 160 °C e deixamos entre 30 e 40 minutos, segundo o noso forno.
7. Sacamos o pastel do forno e quitámolo do molde, pero sen retirar o papel e deixamos arrefriar. Unha vez frío, xa podemos sacarlle o papel e espaxar azucre en po por riba.

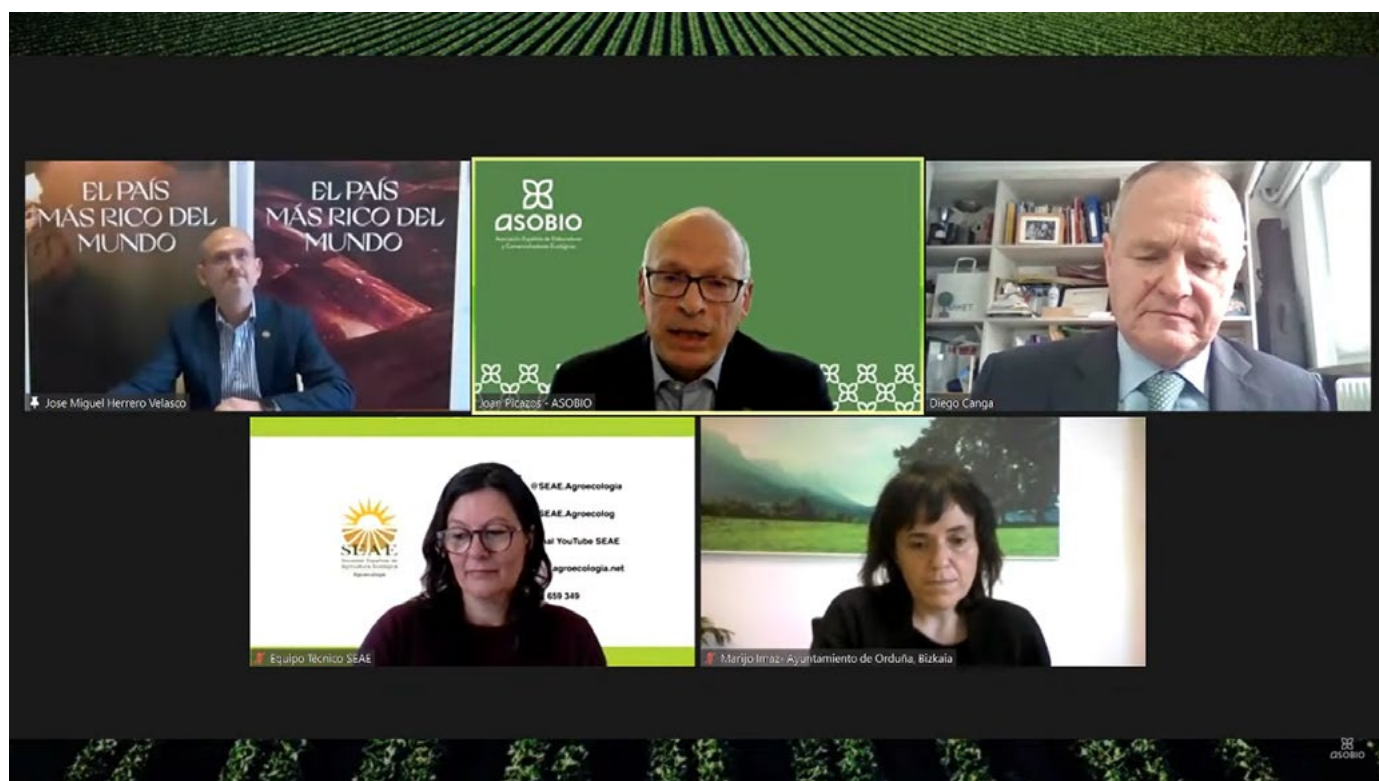
Pastel intelixente de limón*



Ingredientes

- ½ litro de leite
- 4 ovos L
- 140 g de azucre
- 125 g de manteiga
- 115 g de fariña
- Reladura de 1 limón
- 1 culler de café de esencia de vainilla
- 1 chisco de sal
- Azucre en po para decorar





Obxectivo para 2030: chegar ao 25 % de superficie ecolóxica

O pasado día 15 de abril asistimos á conferencia virtual na que se incluíu a presentación do Plan de acción ecolóxico europeo, retransmitida dende a web da Asociación Española de Elaboradores y Comercializadores Ecológicos (Asobío), coa colaboración de Vida Sana, SEAE e Intereco.

O evento, que concentrou máis de mil persoas, estivo coordinado por Joan Pícazos, presidente da citada asociación, e nel interviñeron José Miguel Herrero Velasco, director xeral da Industria Alimentaria, MAPA; Diego Canga, conselleiro principal da Dirección Xeral de Agricultura e Desenvolvemento Rural na Comisión Europea, quen previamente ofreceu unha conferencia de prensa; Aina Calafat, técnica de SEAE Ecorregión Mallorca, quen presentou o modelo de biodistrito que se está a levar a cabo nas Balears, e Marijo Imaz, técnica do concello de Orduña (Biscaia), quen deu a coñecer o sistema de compra pública de produto ecolóxico que se puxo en marcha no seu municipio. Ao final, Pícazos trasladoulles aos participantes a rolda de preguntas presentadas polos asistentes.

A revolución verde

Na apertura da xornada, Joan Pícazos mostrouse convencido de que este plan vai constituír “unha revolución” e pensa que é “un antes e un despois no sistema agroalimentario e un impulso decidido cara a un sistema máis xusto, máis saudable e máis sostible”. “A execución deste plan parece que pode ser unha contribución ao crecemento económico, máis necesario que nunca, dirixido dende unhas liñas de máis sentido común e, máis concretamente, implica o desenvolvemento da axenda comunitaria no que se refire á produción ecolóxica en relación á estratexia “Da

granxa á mesa” co obxectivo coñecido por todos, tan ambicioso e tan importante, de alcanzar en 2030 o 25 % de superficie agraria en produción ecolóxica”, recordou. Entre os datos que salientou en materia de agricultura ecolóxica en España destacan os seguintes:

- España gasta 2.400 millóns de euros en consumo eco, é dicir, algo máis de 50 euros per cápita.
- O número de operadores aumenta de ano en ano: 50 000 empresas vinculadas profesionalmente ao sector eco na actualidade.
- Con máis de 2,3 millóns de hectáreas, é o principal produtor europeo, pero a superficie ecolóxica tan só representa o 9,3 % do total, o que demostra o reto que se ten por diante ata chegar ao 25 % proposto en 2030.

Liñas de actuación públicas

Tras a súa exposición, deulle paso á primeira intervención, a cargo de Herrero Velasco, quen puxo ao día sobre a estratexia nacional en agricultura ecolóxica. Presentou as liñas de actuación da Dirección Xeral de Agricultura Alimentaria, máis concretamente da subdirección específica en materia de agricultura eco, que está a elaborar unha folla de ruta para conseguir os obxectivos que marca a Unión Europea. Entre outras iniciativas, citou a participación activa nos foros na UE, así como coas autoridades de control, impulsando o desenvolvemento e a transformación da agricultura convencional a eco. Así mesmo, fixo fincapé nos datos da evolución da agricultura eco e apuntou que “é difícil atopar nestes momentos un sector que medra a dous díxitos; por iso, o sector eco é unha illa: estase creando emprego, apostando pola gandería e agricultura eco, e as cifras vanse incrementando, isto non é ao azar, senón que detrás hai persoas que loitan por esta transformación verde”.

Logo, cedeulle a palabra a un dos creadores e impulsores deste docu-

“
Diego Canga: “A
media europea
de consumo de
produtos ecolóxicos
é de 84 € por
persoa; en España
sitúase en 50 €”

mento, Diego Canga, quen explicou, paso por paso e lembrando que se inclúe no chamado Pacto Verde, as estratexias fundamentais “Da granxa á mesa” e “Biodiversidade”. Ademais, remarcou o obxectivo posto en 2030: conseguir que o 25 % do solo agrícola da UE sexa destinado á agricultura ecolóxica e que aumente significativamente a acuicultura ecolóxica, tendo en conta que hoxe estamos no 8 %. Como acadar eses 10 puntos máis é a base fundamental deste Plan e sobre esta se centrou Canga na súa charla.

Tamén fixo referencia ás recomendacións da PAC en materia de agricultura ecolóxica para España, como o reforzo das superficies, réximes adecuados de reconversión, o mantemento e a incentivación da crecente demanda dos produtos ecolóxicos na cadea ali-

mentaria e na organización dos mercados. Neste sentido, apuntou que vai recibir case 20 millóns de euros para o programa de distribución de froitas, hortalizas e leite nos centros escolares e espera que unha cantidade se destine á agricultura ecolóxica, malia que é unha decisión que lles corresponde ás autoridades españolas.

Entre as vantaxes do Plan, o representante europeo citou tres piares básicos: a estabilidade xurídica, fundamental para os agricultores que pensan na conversión; substanciais incentivos financeiros (a PAC, Horizonte Europa, política de promoción agrícola) e a confianza pública nos produtos eco a través do recoñecemento público do logotipo ecolóxico.

Entre os inconvenientes, citou os diferentes puntos de partida entre os Estados membros e o feito de que “sempre hai risco de fraude”, polo que a confianza dos consumidores é decisiva.

A continuación, describiu punto por punto as 23 accións que se inclúen neste proxecto, entre as que se poden salientar o seguimento da aplicación a nivel nacional dos plans para que se traduza nunha realidade, o reforzo da organización do propio sector, a implicación e a colaboración do sector privado en materia ecolóxica ou o apoio á investigación específica para que esta agricultura mellore e avance.

A xornada concluíu co testemuño de Aina Calafat, que presentou o proxecto de biodistrito da Ecorregión Mallorca, e coa explicación do proxecto de compras públicas verdes no concello de Orduña (Biscaia) a cargo de María José Imaz.



Próximos eventos

BIOTERRA 2021

18.^a edición da feira de produtos ecolóxicos, bioconstrución, enerxías renovables e consumo responsable



4-6 xuño

Recinto Ferial de Gipuzkoa (Ficoba)

Organiza: Ficoba

Público: profesionais e público en xeral

Frecuencia: anual

www.bioterra.ficoba.org

Tel. 943 667 788 - ficoba@ficoba.org

ORGANIC FOOD IBERIA 2021

2.^a edición da feira internacional para profesionais do sector ecolóxico



8-9 setembro

Ifema-Feria de Madrid

Organiza: Diversified Communications

Público: profesionais e público en xeral

Frecuencia: anual

www.organicfoodiberia.com

Tel. 911 231 396 - mfranco@divcom.co.uk

EUROPEAN ORGANIC CONGRESS

15.^o Congreso Ecolóxico Europeo



EUROPEAN
ORGANIC
CONGRESS

16-18 xuño

Online

Organiza: IFOAM Organics Europe

Público: profesionais e público en xeral

Frecuencia: anual

www.europeanorganiccongress.bio

Tel. 0032 2 280 68 44

FRUIT ATTRACTION 2021

13.^a Feria Internacional do Sector das Froitas e Hortalizas



5-7 outubro

Ifema-Feria de Madrid

Organiza: Ifema e FEPEX

Público: profesional

Frecuencia: anual

www.ifema.es/fruit-attraction

Tels. 902 221 515 | 917 223 000

Visit.registro@ifema.es

BIOCULTURA BARCELONA 2021

27.^a edición da Feira de Produtos Ecolóxicos e Consumo Responsable



8-11 xullo

Palau Sant Jordi

Organiza: Asociación Vida Sana

Público: profesionais e público en xeral

Frecuencia: anual

www.biocultura.org/barcelona

Tel. 935 800 818 - actividades@vidasana.org

ANUGA 2021

36.^a Feira Internacional de Alimentación e Bebidas



9-13 outubro

KölnMesse, Colonia-Alemaña

Organiza: Koelnmesse GmbH

Público: profesional

Frecuencia: bienal

www.anuga.com

Tel. +49221821- 2240

info@koelnmesse.de

SALÓN GOURMETS 2021

34.ª Feria Internacional de Alimentación e Bebidas de Calidade



18-21 outubro

Ifema-Feria de Madrid

Organiza: Grupo Gourmets

Público: profesional

Frecuencia: anual

www.gourmets.net/salon

Tel. 915 49 651 - infosalon@gourmets.net

NATEXPO 2021

Salón Internacional de Productos Bio



24-26 outubro

París Nord Villepinte

Organiza: Natexbio/Spas

Público: profesional

Frecuencia: bienal

www.natexpo.com

Tel. 933 435 510 - f.gattini@cmtspain.com

BIOCULTURA MADRID 2021

36.ª edición da Feira de Produtos Ecolóxicos e Consumo Responsable



11-14 novembro

Ifema-Feria de Madrid

Organiza: Asociación Vida Sana

Público: profesionais e público en xeral

Frecuencia: bienal

www.biocultura.org/barcelona

Tel. 935 800 818 - actividades@vidasana.org

O MAPA convoca os Premios Excelencia á Innovación para Mulleres Rurais



O Ministerio de Agricultura, Pesca e Alimentación (MAPA) publicou a convocatoria da XII edición dos Premios de Excelencia á Innovación para Mulleres Rurais correspondentes ao ano 2021. Estes premios son unha das principais liñas de recoñecemento do Goberno de España ao traballo, proxectos e traxectoria destacables das mulleres no medio rural.

Inclúen catro categorías: excelencia á innovación na actividade agraria, excelencia á innovación na actividade pesqueira ou acuícola, excelencia á innovación na diversificación da actividade económica do medio rural e excelencia á comunicación. En cada unha delas concederanse primeiro, segundo e terceiro premio de 18.000, 12.000 e 7.500 euros, respectivamente. A estas súmase un premio extraordinario de carácter honorífico: recoñecemento especial pola traxectoria vinculada ao apoio ás mulleres no medio rural.

Cabe lembrar que na edición celebrada o pasado ano foi galardoada María José Tallón, fundadora de Trás-deza Natur, unha horta ecolóxica de Silleda (Pontevedra), certificada polo Craega, que obtivo o 3.º Premio na categoría de Actividade Agraria.

O prazo de presentación das candidaturas a estes premios finaliza o 4 de xuño de 2021, un mes despois do seu anuncio no BOE.

Nota: Algúns eventos poderían sufrir cambios posteriores á publicación da revista pola crise da COVID-19. Aconséllase comprobar as datas.



A SEAE organiza as súas Xornadas Técnicas do 28 de xuño ao 1 de xullo

HAZTE SOCI@ de SEAE

Acompáñanos en el camino hacia una transición agroecológica del modelo agroalimentario actual.

Ser parte de SEAE significa apoyar a una organización abierta, próxima y transparente que trabaja con y para el sector de la producción ecológica y el movimiento agroecológico y, por tanto, que contribuye al cambio hacia un mundo mejor, más justo, equitativo y sostenible.

Ae, la "Revista Agroecológica de Divulgación" es gratis para soci@s de SEAE.



A Sociedad Española de Agricultura Ecológica (SEAE) prepara a XXIX edición das súas Xornadas Técnicas baixo o lema "Unha saúde. Un planeta. Un mundo rural diverso". As datas seleccionadas adiántanse ás que viñan sendo habituais, polo que serán do 28 de xuño ao 1 de xullo. Haberá formato *online* e presencial e serán emitidas en directo desde diversos enclaves do mundo rural da península.

Así pois, baixo a mirada de avaliacións e iniciativas do ámbito agroecolóxico que van desde o local ata o internacional, espérase explorar, desde un enfoque transdisciplinar e multisectorial, diferentes cuestións implicadas neste concepto de única saúde: o papel da produción ecolóxica e as canles curtas, a saúde humana e animal como interdependentes e vencelladas aos ecosistemas ou as políticas públicas que deben favorecer as estratexias agroecolóxicas para a transición dos nosos sistemas alimentarios.

Xa está aberta a convocatoria tanto para participar presentando comunicación (segundo a modalidade de investigación científica e/ou técnica ou a modalidade de experiencias agroecolóxicas) como para inscricións do público. A data límite para envío de resumos é o 17 de maio.

Lembrámosvos que esa entidade conta cun amplo programa de actividades formativas para empresas, cooperativas e outras organizacións do sector e organiza durante todo o ano cursos de diferente índole dirixidos ao sector ecolóxico, tanto en formato *online* como presencial.



**Consulta nuestra página web:
www.agroecologia.net**

Sociedad Española de Agricultura Ecológica/
Agroecología (SEAE)
Camí del Port, s/n. Km 1 - Edif ECA. Portón 1. Apdo 397
E-46470 Catarroja (Valencia) • +34 961 267 122
E-mail: comunicacion@agroecologia.net
Facebook: SEAE.Agroecologia • Twitter: @SEAE_Agroecolog

Máis información: www.agroecologia.net
Tfños.: 961 267 122 e 687 622 924

As primeiras feiras dixitais de Biocultura e Biofach, unha experiencia moi positiva



O Craega participou na 1.ª edición en liña da feira ecolóxica Biocultura On, organizada por Vida Sana, que tivo lugar no mes de xaneiro e fíxoo da man de Intereco, xunto co resto dos consellos reguladores das distintas comunidades autónomas. Ao longo dos tres días, ademais do expositor común, ofrecéronse diversas actividades, entre as que houbo obradoiros ecogastronómicos e charlas para informar os asistentes sobre a certificación pública.

Unha das cousas que máis chamou a atención da versión virtual de Biocultura foi a inabarcable lista de actividades. Foron 171 en total. O nivel dos relatores, de primeira orde: Joaquín Araújo, Nicolás Olea, Carlos de Prada, Dolores Raigón, José Luis Porcuna e un enorme etcétera de expertos en cosmética ecolóxica, moda sustentable, enerxías renovables, banca ética, proxectos cooperativos...

Como no caso da feira presencial, a virtual foi capaz de atraer un variado e heterodoxo público. No entanto, se na primeira son máis os consumidores, na segunda foron máis e moi activos os profesionais. As 54 empresas que participaron realizaron 158 encontros comerciais no espazo de *networking* habilitado por Biocultura On.

Neste primeiro encontro dixital participaron preto de 3.500 persoas, dos cales 1.600 eran profesionais, cunha media de 8 horas na plataforma virtual. 7.673 veces conectáronse estes visitantes ás actividades que se desenvolveron, e sumáronse 2.260 veces máis que ao escenario principal. Durante os tres días de feira, o público medio oscilou ao redor das 600 persoas.



Pola súa banda, a feira Biofach/Vianess Especial brindou unha gran variedade de contidos para os 13.800 participantes rexistrados en 136 países. O evento foi totalmente dixital e contou con 775 sesións. As xornadas albergaron un congreso, presentación de expositores e mesas redondas, nas que participaron 1.442 mostradores de todo o mundo.

O encontro dixital contou con 10.000 videoconferencias nas que os participantes interactuaron a un nivel "altamente profesional" e un dato relevante: a sesión do Congreso titulado "O mercado ecolóxico alemán: feitos, cifras, análises 2021" logrou congregar máis de setecentos asistentes.

A Cooperativa A Carqueixa, XXI Premio Aresa de Desenvolvemento Rural



A vicerreitora de Coordinación do Campus de Lugo, Monserrat Valcárcel Armesto, foi a encargada de ler a resolución do xurado que lle outorgou o premio á Cooperativa A Carqueixa. O reitor da Universidade de Santiago de Compostela (USC), Antonio López Díaz, e o presidente de Aresa, Álvaro Rodríguez Eiras, fixeron entrega da placa conmemorativa e os 10.000 euros, cos que está dotado o premio, ao presidente da cooperativa, José Antonio Díaz. López destacou do gañador "o traballo feito ao longo destes anos, así como o salto á venda *on line* coa marca Sabor dos Ancares para adaptarse á nova realidade que vivimos tras esta pandemia".

A Carqueixa está inscrita no Craega como produtor agrícola para a produción de froitos secos e cogomelos. Ten a súa orixe en 1994, ano no que se fundou para comercializar de forma conxunta os xatos e a compra de insumos, adquirir máis dimensión e conseguir que os produtores de carne de Cervantes fosen un sector máis forte e unido.

Trasdeza Natur recibe un dos premios finalistas do programa TalentA 2021



A firma silledense (Pontevedra) Trasdeza Natur continúa cultivando premios. O proxecto de María José Tallón obtivo un dos dous premios finalistas do programa TalentA 2021 ao emprendemento rural. O premio foi organizado, por segundo ano, por Corteva Agriscience e a Federación de Asociaciones de Mujeres Rurales en España (Fademur).

Tallón foi pioneira na técnica de deshidratado solar de froitas e verduras procedentes da súa horta de cultivo ecolóxico, xa que emprega como fonte a enerxía solar.

Corga Brancellao, medalla de ouro na categoría de viños ecolóxicos de VinEspaña 2021

Tras a súa suspensión por mor da pandemia en 2020, o prestixioso concurso organizado pola Federación Española de Enología, VinEspaña 2021 puido retomar a súa III edición, levada a cabo en Almendralejo (Extremadura) entre o 27 e o 29 de abril. Do medallero deste ano varios viños brancos e tintos galegos conseguiron alzarse con 10 Grandes Ouros; na categoría de viños ecolóxicos, unha das medallas de ouro foi para Corga Brancellao Ecolóxico 2020, un viño elaborado por Pereimos 2007 SL na DOP Ribeira Sacra e certificado polo Consello dende 2014.

Non é a primeira vez que esta adega, propiedade de Benigno Pereira, ve recoñecida a calidade dos seus caldos. En case sete anos de andaina, conseguiu que varios dos seus viños figuren en *The Wine Advocate*, revista que publica cada dous meses o prestixioso crítico estadounidense Robert Parker.



Corisca gaña o premio Ecovino ao mellor Ecodeseño



A cata a cegas dos Premios Ecovino 2021, o maior concurso de viños ecolóxicos de España que celebrou a súa duodécima edición, contou coa participación de 76 adegas de 32 rexións vitícolas que presentaron ao redor de 300 etiquetas de produción ecolóxica. A cata foi na sala de Análise Sensorial do Complexo Científico-Tecnolóxico da Universidade da Rioxa, onde o xurado dedicou dúas xornadas a valorar as calidades e características de viños brancos, rosados, tintos, espumosos, doces, xenerosos, vermú, mostos e tamén vinagres.

Na categoría de Mellor Ecodeseño, a galardoada en Brancos sen madeira foi a nosa operadora en viño ecolóxico Bodegas Corisca (situada entre os municipios pontevedreses de Tui e Salceda de Caselas). Entre os aspectos resaltados para concederlle este premio foron “a súa lixeira gramaxe do vidro, a cortiza natural ou a etiquetaxe en papel reciclado”.

A responsable desta empresa, Natalia Rodríguez, foi pioneira na elaboración de albariño ecolóxico e tamén foi o primeiro viño con certificación ecolóxica do DO Rías Baixas.

A alimentación eco e o deporte, unidos grazas ao Convenio entre o Craega e a Fegatri



O presidente do Craega, Francisco López Valladares, e o seu homónimo na Federación Galega de Triatlón e Péntatlon Moderno (Fegatri), Gonzalo Mario Triunfo, asinaron o 6 de maio na sede da Federación en Lugo un convenio de colaboración entre ambas as entidades co fin de impulsar e apoiar as actividades deportivas, fomentar o consumo de produtos amparados polo Consello Regulador e dar a coñecer a produción ecolóxica entre os deportistas e os consumidores en xeral.

Deste xeito, no ámbito de celebración das probas, os deportistas da Federación lucirán a imaxe e os logos do Craega, co obxectivo de visibilizar a importancia dunha alimentación saudable e respectuosa co medio ambiente, así como a práctica do deporte.

O circuito galego de triatlón 2021 levará o nome do Craega, e as probas que o compoñen, ademais do propio Campionato Xunta de Galicia de triatlón 2021, serán as que participen principalmente na iniciativa. Así mesmo, o III Mar de Muros Triatlón-Trofeo Iván Raña, previsto para o 12 de xuño pero fóra do circuito, será a primeira proba que se una a esta acción.

O Consello mantén a cita previa e o directorio de venda segue medrando

Para evitar aglomeracións e organizar de forma axeitada a atención ao público, o Consello Regulador mantén o sistema de cita previa nas oficinas centrais de Monforte de Lemos. Este método pretende minimizar os riscos de exposición ao coronavirus reducindo os contactos entre persoas. Ademais, aqueles que non poidan resolver as súas dúbidas de xeito telemático terán ocasión de elixir o día e a hora para aforrar tempo. A cita pode tramitarse a través destas dúas vías cun mínimo de 48 h de antelación:

- Correo electrónico: craega@craega.es
- Teléfono: 982 405 300
- Horario: 08.00-15.30 h | 16.30-19 h (de luns a venres)

Por outra banda, o directorio de venda *online* do Craega segue medrando e incorpora un novo operador. Trátase de Miele Anta, que se suma a lista cos seus variados produtos de mel e pole ecolóxicos das marcas Pazo de Lusio e Toca Honey.

Recordámosvos que neste directorio se poden atopar os nomes das diferentes empresas, os produtos que ofrecen (hortalizas e froitas de tempada, carne, ovos, mexillóns, algas, marmeladas, infusións..., entre outros moitos), así como o seu contacto para poder solicitalos e poder facer a túa compra sen moverte da casa.

O selo do Craega ten premio



Durante estes meses puxemos en marcha, a través das nosas redes sociais, a campaña #Buscaoteuselo #Buscaonososelo. O obxectivo é dar a coñecer os produtos que contan co noso selo a través das persoas participantes. Numerosos usuarios subiron imaxes con iogures, galletas, grelos, infusións... unha variedade de produtos que lles permitiu recibir un agasallo do Craega.

Aínda estás a tempo de participar! Só hai que subir unha imaxe dun produto que teña o noso selo, etiquetar a nosa páxina e poñer #Buscaonososelo. Con facernos chegar a participación, obterás unha bolsa reutilizable e outro artigo: unha botella, un gorro para a choiva, un caderno ou un conxunto de bolígrafos. Anímate e recibe o teu agasallo! Pódese consultar toda a información nas nosas redes sociais.



Que sementar nesta época?

Xa ben entrada a primavera, é o momento de comezar a preparar o terreo para as colleitas de verán e, por suposto, colleitas ecolóxicas. Aínda que se achega o bo tempo, non hai que confiarse coas temperaturas unha vez superado o inverno, xa que a primavera pode ser inestable e traer consigo xeadas que poden botar a perder as plantacións. Hai que ter en conta que a climatoloxía de Galicia é variable e poden darse oscilacións térmicas. Tamén hai que valorar que as condicións climáticas varían dunhas comarcas a outras, polo que hai que poñer en práctica os consellos dos que se poidan tomar nota.

O obxectivo principal é tratar de protexer as novas plantas de cultivo para evitar que se danen coas baixas temperaturas. Para empezar, é un bo momento para preparar o terreo. Empezar por retirar as plantas sementadas nos cultivos de inverno, espe-

cialmente porros, que durante o mes de abril teñen máis flor. Tamén haberá que eliminar as malas herbas e planificar o deseño da horta, é dicir, determinar onde irá cada cultivo.

Se en marzo houbo sementeiras, é posible que xa haxa algunhas plantas para trasladar á horta, polo que, no mes seguinte, hai que plantar todas aquelas que se queiran cultivar durante o verán, ademais de sachar as que xa foron plantadas, como chícharos, patacas, leitugas ou coles. Algunhas poden ser para todo o ano, aínda que prefiran a primavera, e outras son específicas para estes meses. Das plantas que xa están sementadas do inverno (allos ou cebolas), débese levar a cabo unha cava dos cultivos. En canto ás sementeiras, tamén se poden facer en exterior algún sementeiro de leituga, porro ou remolacha, entre outros.

Algunhas das plantas que se poden poñer na horta son as seguintes: tomate, leituga, espinaca, pemento, cenoria, remolacha, cabaciña, porro, cogombro, feixón, cabaza, melón, sandía, pataca de tarde ou amorodo. Este último xa comeza a xermolar a súa flor e, se todo vai ben, nos inicios do verán xa poderemos recoller os primeiros froitos.

Lembrámosvos que no buscador da nosa páxina web (www.craega.es) podeades atopar os operadores que traballan cos alimentos que estades a buscar.

TABOLEIRO DE ANUNCIOS

Véndese explotación de arando e framboesa en proceso de conversión a ecolóxico. Case no sétimo ano de plantación.

O Mato, Palas de Rei (Lugo)
Tels. 628 696 971 / 667558299

Ecoagroturismo no corazón da Ribeira Sacra. Casa de labranza do século XIII perfecta para desconectar. Venda de carne ecolóxicas.

Pazo de Sabadelle, Chantada (Lugo)
Tel. 650 343 777 - pepedopacio@hotmail.com

Venda de esterco de polos ecolóxicos.

Raquel Rodríguez Rozas
Rodeiro (Pontevedra)
Tel. 617 242 881 - quelarr@yahoo.es

Venda de hortaliza e verdura fresca variadas. Pequenos froitos e cogomelos.

Horta Trasalba, Amoeiro (Ourense)
Tel. 650 053 980

Alégase unha parcela dunha hectárea en agricultura ecolóxica desde o ano 2000.

José Hermida Fernández, Xermade (Lugo)
Tel. 982 501 713 - an.geles@hotmail.com

Servimos pedidos de carne ecolóxica de tenreira envasada ao baleiro.

Carnicería Carballada, Sarria (Lugo)
Tel. 982 886 225
info@carniceriacarballada.com

Véndense bólas de silo de herba ecolóxica en Baralla, Lugo
650 806 373

Horta ecolóxica con produtos de tempada.

Carmen Pazos Rabuñal, Rois (A Coruña)
Tel. 630 167 138
carmensocastro@hotmail.com

Venda directa de castaña fresca en tempada, castaña seca e fariña de castaña. Envasada e a granel.

José Feijóo Gago | Pecado de Outono
Tel. 659 499 570
pecadodeoutono@hotmail.es

Produción de vacún, porcino raza celta, ovino, cabrún e polos ecolóxicos. Tamén temos ovos, cereais (millo, trigo e centeo) e produtos da horta de tempada. Facemos servizo a domicilio na comarca das Mariñas coruñesas.

Granxas de Lousada SC
Tel. 657 103 468 - sboados@gmail.com

Venda de carne con certificación ecolóxica de raza autóctona vianesa. Animais criados en liberdade con pastos naturais, castiñeiros e carballos. Xatos alimentados ao 80 % con leite materno. Lotes envasados ao baleiro. Servizo directo do gandeiro á casa.

Ecovianesa SL, Berrande (Ourense)
Tel. 676 966 255 - ecovianesa@gmail.com

Venda de fabas ecolóxicas de Lourenzá a granel.

Vicente Piñeiro Leitón
Tel. 606 739 015

Venda de mel ecolóxico procedente das montañas de Ourense, de paraxes virxes libres de contaminación. Combinación de néctares de flores e melados, que ofrecen unhas características organolépticas únicas. IXP Mel de Galicia.

Tel. 683 424 643 - bicosdemel@bicosdemel.es
www.bicosdemel.es

Venda de froitos frescos (amorodo, framboesa, moras, arandos e grosella vermella e negra) e plantas de froitos silvestres.

Fragaira froitos silvestres
Tel. 699 761 644 - fragaira@gmail.com
www.fragaira.blogspot.com

Realízanse sacrificios ecolóxicos. Matadouro Comarcal de Sarria.

San Xulián da Veiga, 27614 Luís López
Tel. 982 531 273 - matadero@sarria.es

Venda de carne de vacún de produción ecolóxica de raza limusin: canal (enteiro ou medio) e despezamentos. Envío a domicilio en transporte frigorífico para non romper a cadea de frío. Tamén dispoñemos de animais de raza limusin con carta xenealóxica.

Vicente Prieto Ledo
Tel. 609 864 738 - info@limusinatouza.com

Servimos pedidos de carne ecolóxica de tenreira envasada ao baleiro.

Carnicería La Tomea, Rábade (Lugo)
Jesús Dapena
Tels. 982 390 355 / 607 289 806
susodapenacruz@hotmail.com

Descontos do 20 % nas tarifas de aloxamento en Ecoagroturismo Arqueixal para inscritos no Craega.

Albá, Palas de Rei (Lugo)
Tels. 982 380 25 / 629 176 030
contacto@arqueixal.com
www.arqueixal.com



Impreso en papel
procedente de
bosques sostenibles

Síguenos en:



Logotipo europeo para os alimentos ecolóxicos



Ronda M.^a Emilia Casas Baamonde, s/n
Edificio Multiusos
27400 Monforte de Lemos (Lugo)
Tel.: 982 405 300
craega@craega.es



FEADER
Europa invierte no rural



XUNTA
DE GALICIA