Cucumis sativus L.

Alpera

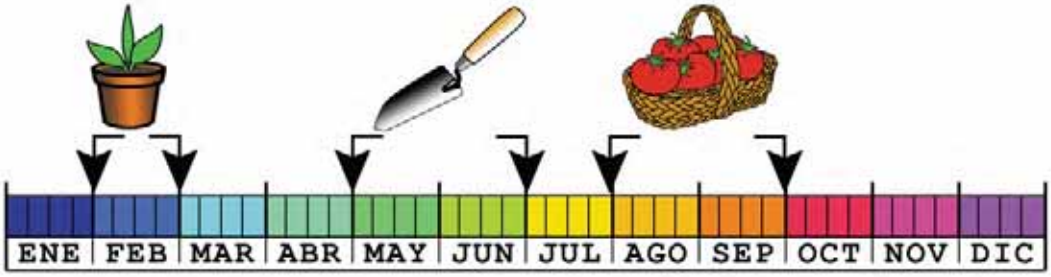
Fruto de tamaño grande, de color verde en el momento de su consumo y amarillo oscuro cuando alcanza su plena madurez.

De sabor suave textura crujiente y pepitas pequeñas, se consume tierno en ensaladas. Antiguamente se consumía después de las comidas, como postre.

TOMATE limonero

Familia

Se siembra en semillero en el mes de Febrero. El transplante a campo se realiza en el mes de Mayo y la recolección a partir de primeros de Agosto hasta últimos de Septiembre.



Lycopersicon sculentum L.

Alpera

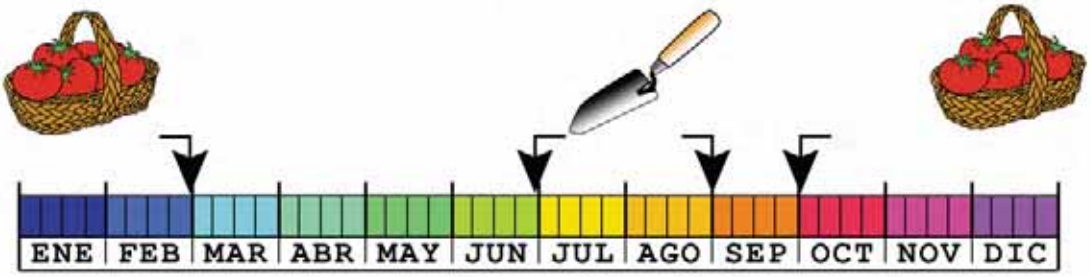
Debe su nombre a la forma de limón que tiene este fruto. Para su cultivo necesita entutorado pues es un planta de porte alto.

Es apropiado tanto para su consumo en fresco como para la elaboración de conservas caseras que se consumirán a lo largo del invierno.

ZANAHORIA borracha

Umbelíferas

Se siembran directamente en el huerto en los meses de finales de verano. Se realizan varios aclareos con el fin de que engorden las que dejamos en la tierra. Se pueden recolectar durante todo el invierno.



Latin

Caudete

El color morado, parecido al vino tinto le da el nombre característico a esta variedad, cultivada desde hace muchas generaciones por los hortelanos de la comarca.

Es una de las hortalizas más cultivadas. Puede consumirse en crudo durante todo el año también en guisos o cocida. Es apreciada por su dulce sabor.

Mancha-Júcar Centro

La Comarca Mancha Júcar-Centro, engloba a los municipios de Barrax, Fuensanta, La Gineta, Minaya, Montalvos, La Roda, Tarazona de la Mancha, Villalgordo del júcar y Villarrobledo, con una población cercana a los 50.000 habitantes y una superficie de 1967 Km2, situada al norte de la provincia de Albacete, todos sus pueblos presentan por un lado un marcado carácter manchego, y por el otro el atractivo del valle del Júcar (Villalgordo, Fuensanta, Montalvos y Tarazona de la Mancha).

El paisaje Manchego es el de una llanura casi perfecta, de horizontes abiertos, interminables ... son tierras de suelos arcillosos y calizos donde las aguas se avenan y se filtran para posarse y generar el recurso más valioso de la comarca: Las aguas subterráneas; son tierras dedicadas tradicionalmente a la vid y el cereal.

Es en la zona manchega donde se suceden núcleos de población hasta donde llega el marquesado de Villena, caracterizándose por ser lugares de paso Barrax, La Gineta, Minaya, La Roda y Villarrobledo, son pueblos donde se requiere una visita tranquila, en busca no tanto de hitos monumentales (que los hay) sino de manifestaciones de unos ritmos y modos de vida en los que aún pervive la esencia de lo rural.

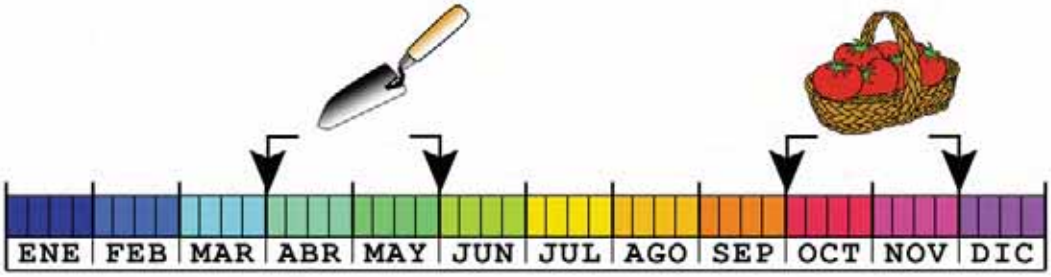
Por su parte el Valle del Júcar, se presenta en esta comarca como un valle abierto (a su entrada por Villalgordo y su descenso hacia Fuensanta, Montalvos y Tarazona de la Mancha) para entrar en la Manchuela donde el cauce se hunde y el valle se hace más cerrado.?Podríamos decir que es la conjunción de estos dos elementos, llano y rio, lo que caracteriza a esta comarca rica en recursos que invita a recorrer y descubrir.

Mancha del Júcar-Centro
La Manchuela
Sierra de Alcaraz y Campos de Montiel
Monte Ibérico Corredor de Almansa
Campos de Hellín
Sierra del Segura

CALABAZA

Cucurbitáceas

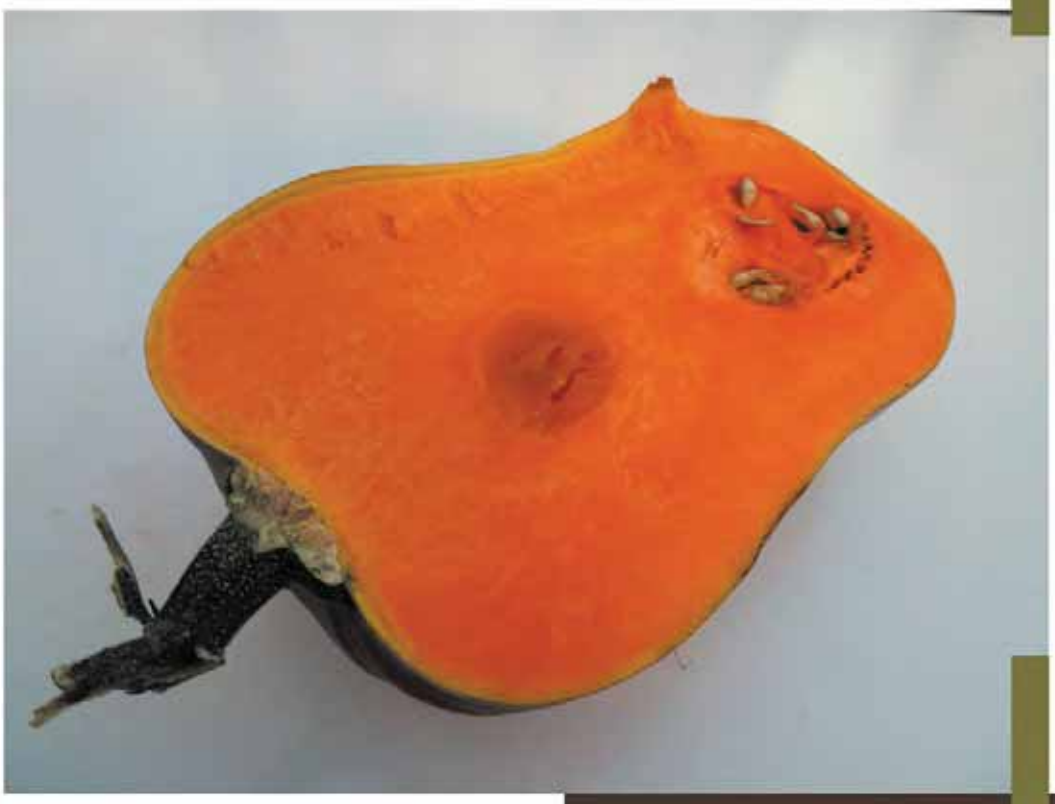
En el fruto de esta planta es característica su acentuada forma de cacahuete. La siembra se realiza entre Abril y Mayo y se recoge en otoño, cuando la planta está seca y el fruto ofrece su punto de maduración.



Cucurbita pepo L.

Villalgordo

La planta de esta calabaza es reptante (sus ramas se extienden por el suelo) y su floración es anual. Las hojas son acorazonadas y sus flores pueden llegar a medir más de 10 cm.

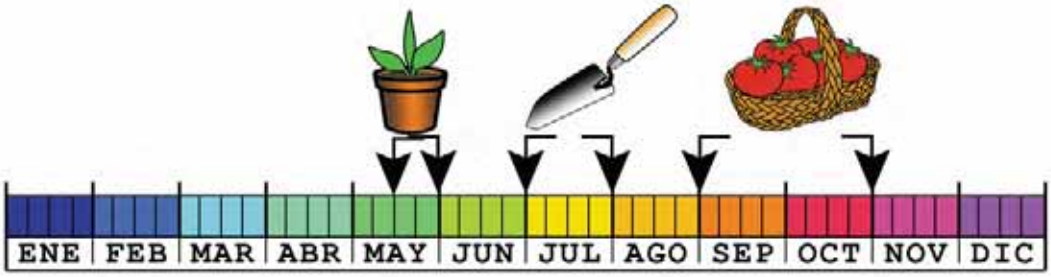


Su consumo es variado: se emplean en guisos, asada, confitada... En algunos hogares se guardaban en un sitio fresco para consumirlas en las fiestas navideñas.

CEBOLLETA

Liliáceas

En esta cebolla el fruto es largo y de color blanco, hasta unos 40 cm. El semillero en tierra se hace a mediados de Mayo. La siembra a finales de Junio y la recolección entre Septiembre y Octubre.



Allium cepa L.

La Roda

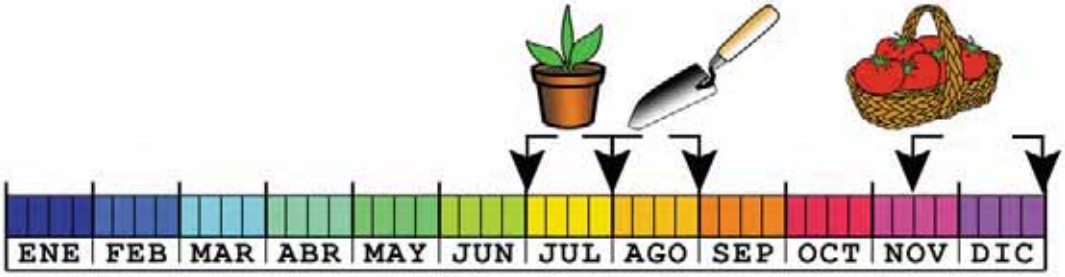
Su aspecto se asemeja al puerro. En esta variedad sus hojas no desarrollan bulbo. Tiene un sabor más suave que el de otras hortalizas de su propia familia. Es un alimento con escaso aporte calórico y con multitud de vitaminas.

Se consumen fritas, asadas, y en crudo para realizar todo tipo de mojes y salsas. Resulta un complemento vitamínico esencial en la dieta de estos pueblos.

COL

Crucíferas

Se siembra en semillero en el mes de Julio. El transplante se realiza en Agosto. Se empieza a recoger después de Los Santos, hasta mediados de Enero o primeros de Febrero.



Brassica oleracea L.

La Roda

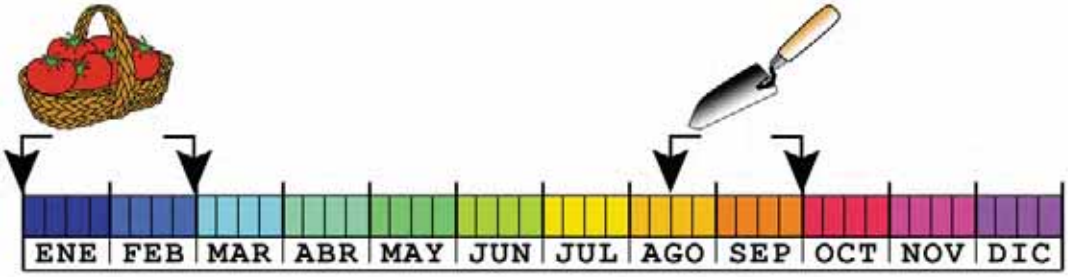
Se tiene constancia del cultivo de esta col desde los tiempos de los romanos que ya la utilizaban en su gastronomía. El cultivo estuvo muy asentado por esta zona, adquiriendo fama por su textura y sabor.

Se usa para comerla en crudo, en ensaladas (según la tradición popular ese año tiene que helar para que esté buena), o también cocida en guisos. Las hojas exteriores son un buen forraje para animales domésticos.

ESPINACA

Quenopodiáceas

Se siembra directamente en hileras o a manta a partir de mediados de Agosto. Se recogen de manera escalonada durante el invierno las hojas de mayor tamaño.



Spinacia oleracea L.

Villalgordo

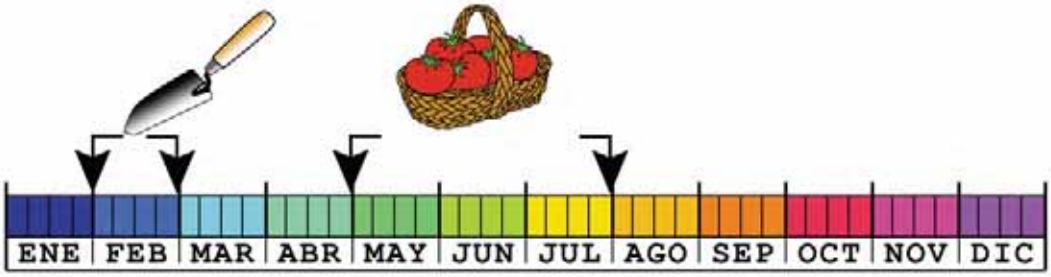
Hojas acorazonadas de tamaño medio. Buen rendimiento y muy bien adaptada al clima de la comarca. Semillas redondeadas.

Se consume en guisos, pucheros y tortillas.

GRIJOL

Leguminosas

Se siembra en febrero y se recogen las vainas de forma escalonada cuando están bien granadas, pero antes de que los granos endurezcan.



Pisum sativum L.

Villalgordo

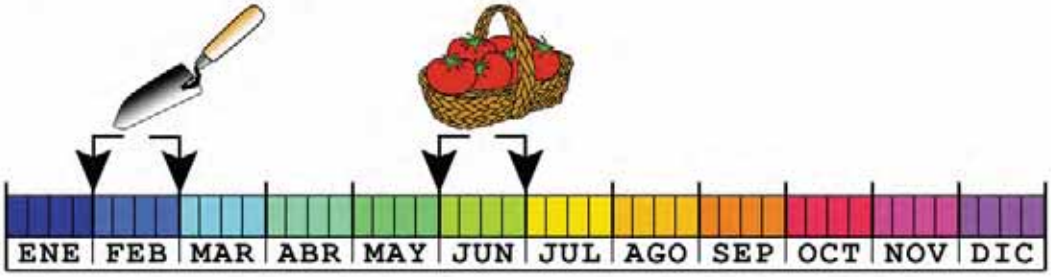
El nombre de Grijal o Grijoles viene de su similitud con la planta original: Frijoles. Es la forma vernácula de denominar a los guisantes.

A diferencia de otros lugares en los que se utiliza el grano seco como leguminosa, en esta zona se utilizan los granos tiernos para todo tipo de guisos.

GUIJA

Leguminosas

Es una leguminosa parecida a un garbanzo chafado o al altramuz. Su plantación es directa en el mes de Febrero con un marco de plantación de unos 30 centímetros entre líneas. Su recolección es en Junio.



Lathyrus sativus L.

Villalgordo

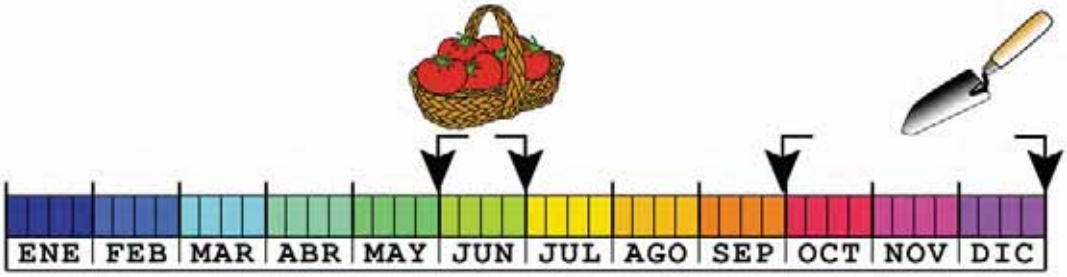
Durante los años más difíciles de la postguerra, fue el alimento de subsistencia en muchas zonas de España. En 1944 se prohíbe por ser causante de una grave enfermedad, llamada Latirísmo, que provoca parálisis en los miembros y la muerte por el consumo abusivo y único de este alimento.

Es típico en la localidad un guiso que se llama arrugao de guijas. También se muelen los granos secos para hacer una harina (la conocida como harina de guijas) con la que se hacen diferentes platos.

HABA

Leguminosas

Especie con un ciclo muy corto. Su siembra se realiza a partir del mes de Octubre y su recolección para su consumo de grano en verde en el mes de Junio.



Vicia faba L.

Fuensanta

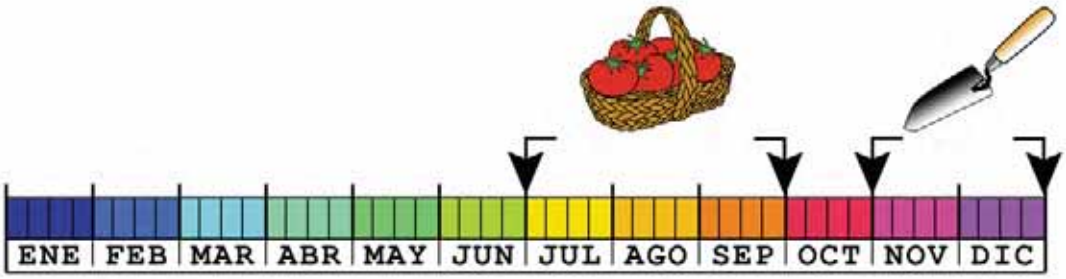
Leguminosa más popular en toda la comarca. Vainas redondeadas con los granos muy marcados. De tres a cuatro granos por vaina.

Se comen los granos en verde como aperitivo o postre acompañados de sal. También se consumen tostadas una vez secas.

JUDIA mollar

Leguminosas

Las vainas de esta planta son de color claro, tirando a blanco, redondas, con granos de color negro intenso. La recolección se hace de forma escalonada desde Julio hasta Septiembre.



Phaseolus vulgaris L.

Villalgordo

El nombre de mollar se los dan a las variedades que no tienen hebra en la vaina y por tanto se comen mejor.

Se consume como verdura, cocidas en guisos o fritas con tomate.