

LA DESPENSA FEMENINA DEL TURISMO RURAL

*La
Despensa
femenina
de*

CABO DE GATA

UN CATÁLOGO DE PRODUCTOS DE MUJERES DE
LA COMUNIDAD AUTÓNOMA QUE ENRIQUECEN
CON SUS IDEAS INNOVADORAS EL PAISAJE Y LA
NATURALEZA DE ESTA COMARCA TURÍSTICA



INTRODUCCIÓN

¿QUÉ VAS A ENCONTRAR EN ESTA DESPENSA?

La presencia de las mujeres en la alimentación es un hecho incuestionable en la historia de la humanidad. Desde la producción cercana de alimentos para la familia, hasta la decisión cotidiana de la cocina colectiva ellas son las protagonistas.

El proyecto LA DESPENSA FEMENINA parte desde la Confederación de Asociaciones de Mujeres del Medio Rural CERES en cooperación con el Ministerio de Medio Ambiente, Rural y Marino, el FEADER y la organización de agricultores/as y ganaderos/as COAG, para poner en práctica una experiencia piloto en una comarca de turismo rural y natural de distintas comunidades autónomas del Estado Español.

En la Despensa hemos aglutinado una selección de productos agrarios de mujeres de cada comunidad autónoma en un catálogo para ofrecerlo en una red de establecimientos turísticos de una comarca natural concreta dentro de cada comunidad autónoma. Así, nuestras productoras aportarán un valor añadido a la oferta de esta comarca y de estos establecimientos.

Los establecimientos colaboradores de LA DESPENSA FEMENINA ofrecemos este catálogo para que los/las visitantes conozcan desde otra perspectiva más cercana y con enfoque de género, el trabajo de las mujeres rurales de la comunidad autónoma, sus historias, el valor nutricional y de sostenibilidad que aportan al territorio donde se están produciendo y otras cualidades que habitualmente no aparecen en la publicidad.

Pretendemos potenciar la información de las campesinas y darles mayor importancia en la cadena de la alimentación haciendo ver al público lector que son responsables del desarrollo sostenible del territorio y acompañando a los productos con este catálogo divulgativo.

Esta despensa quiere hacer un guiño a la sociedad consumidora para hacerles conscientes de la importancia del consumo de productos locales de cada territorio en su temporada y alejándonos del consumo de las grandes cadenas globalizadas y globalizadoras que deciden sobre nuestros hábitos de consumo y en muchos casos, sobre nuestra seguridad alimentaria. CERES quiere convertir así a todos/as los miembros de la cadena de la alimentación en participantes activos en la responsabilidad por mantener vivo el medio rural y vivo de manera consciente.

Esperamos que encuentres en este catálogo todo un mundo de igualdad, sabor, olor y belleza natural.



PARQUE NATURAL CABO DE GATA-NIJAR

El Parque Natural Cabo de Gata-Níjar fue el primer espacio marítimo-terrestre protegido de Andalucía. Debido a los contrastes existentes entre el medio marino, el litoral y el terrestre, a las numerosas especies exclusivas que alberga y a las características propias de uno de los ecosistemas más áridos de Europa, fue también reconocido como Reserva de la Biosfera.

Gran parte de la peculiaridad ecológica y paisajística del Parque tiene su origen en la ausencia de invierno climático y en su diversidad geológica, con predominio de los sustratos de naturaleza volcánica, donde coladas de lava, domos y playas fósiles conforman un singular paisaje cuyas tonalidades ocreas, negras y rojizas cautivan al visitante por particular belleza.

Cabo de Gata-Níjar cuenta con los 50 kilómetros de costa acantilada mejor conservada del litoral mediterráneo europeo. En esta impresionante fachada litoral se suceden playas urbanas como la de San José y Aguamarga; magníficas playas naturales como Mónsul y Los Genoveses; recónditas y casi inaccesibles calas como Carnaje y de Enmedio; y espectaculares acantilados volcánicos y arrecifales como Punta de los Muertos y Mesa Roldán.

Numerosos cortijos abandonados, sistemas de aprovechamiento de agua y viento como norias, aljibes y molinos, reconocidos todos ellos como Bien de Interés Cultural, se integran en el paisaje y son el testimonio de una cultura, ya desaparecida, ligada al aprovechamiento tradicional de los recursos naturales. Fenicios y romanos imprimieron las huellas de su paso por estas tierras, explotaron la abundante pesca del litoral y dejaron como legado factorías de salazón de pescado y púrpura en Torregarcía y talleres de adoquines volcánicos en acantilados como los del Playazo o Punta baja.

Mientras que la huella árabe se imprimió en los sistemas de regadío, la artesanía y las torres de vigilancia que jalonan la costa.



MARIA DEL CARMEN RUIZ

Nombre y apellidos:
MARIA DEL CARMEN RUIZ FERNANDEZ

Localidad de origen del producto:
MÁLAGA

Comarca y provincia del producto:
MÁLAGA

Nombre de la marca:
MIEL LACOMPETEÑA

Teléfono de contacto:
655 09 75 79

Correo electrónico:
mielsedella@hotmail.es

Productos que elabora:
VARIEDAD DE MIEL: ROMERO, TOMILLO, EUCALIPTO, AGUACATE Y MILFLORES

Empezó su andadura profesional allá por 1992, sobre todo con la idea de estar en contacto con la naturaleza. Y como siempre le había encantado la miel, soñaba con la idea de producir diferentes tipos de ella.

1. Posee mayor poder edulcorante que el azúcar.
2. Facilita la digestión y asimilación de otros alimentos : en el caso de los niños facilita la asimilación de calcio y magnesio.
3. Es suavemente laxante (regulariza el funcionamiento intestinal).
4. Es antihemorrágica, antianémica, anti-séptica, antitóxica



MANUELA HERRERA VALERO

Nombre y apellidos:

MANUELA HERRERA VALERO

Localidad de origen del producto:

PEGALAJAR, JAÉN

Comarca y provincia del producto:

SIERRA MÁGINA, JAÉN

Nombre de la marca:

OLEACOSMETICOS

Teléfono de contacto:

953 36 01 62 / 661 544 473

Correo electrónico:

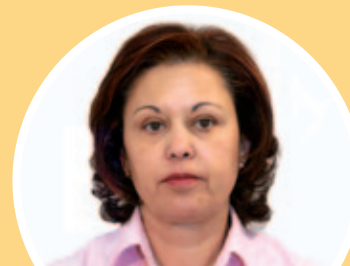
info@oleacosmeticos.com

Productos que elabora:

CHAMPÚ DE PLANTAS MEDICINALES, GEL DERMO, JABÓN NUTRITIVO CON ALOE, JABÓN ANTISÉPTICO, CREMA LABIAL, CREMA DE MANOS , CREMA FACIAL

Olea Cosméticos S.L. surgió de las inquietudes de la mujer rural en su búsqueda de otras posibles alternativas al aceite de oliva virgen extra nacido del corazón de Sierra Mágina. Fruto de su amplia experiencia de trabajo y conocimiento en los olivares y por lo tanto del aceite de oliva virgen, así como de sus aplicaciones cosméticas, hizo crecer la necesidad de llevar a la luz la inquietud que tenían Olea cosméticos S.L. encuentra desde entonces en el trabajo diario de las mujeres que dan vida a la empresa, el ofrecer al cliente una gran gama de productos artesanales que nos recuerdan los aromas que se respiran en la sierra y los beneficios de las plantas medicinales en el bienestar personal, así como el aporte de las propiedades beneficiosas del aceite de oliva a la piel.

Nuestros productos al estar elaborados a base de aceite de oliva y aceites esenciales de plantas aportan a la piel todas sus propiedades aliviando los problemas que esta pueda tener. Están elaborados artesanalmente de principio a fin.





ISABEL M^a ALVAREZ AGUILAR

Nombre y apellidos:

ISABEL M^a ALVAREZ AGUILAR

Localidad de origen del producto:

CÁDIZ

Comarca y provincia del producto:

JEREZ DE LA FRONTERA, CÁDIZ

Nombre de la marca:

QUESOS MONTEALVA

Teléfono de contacto:

607 67 47 06

Correo electrónico:

info@quesosmontevalva.com

Productos que elabora:

**QUESOS CURADOS, SEMICURADOS,
EN ACEITE Y FRESCO**

Los orígenes se hallan en la localidad gaditana de Alcalá de los Gazules, donde en la finca "El Fresnillo", con la usanza clásica en la artesanía quesera, los antepasados de los hermanos Pedro e Isabel Alvarez, actuales gestores de la fábrica, sembraron la semilla de la producción industrial que hoy tutela la firma. El desarrollo como empresa no ha impedido que la forma de elaboración conserve el mismo buen hacer artesanal aprendido desde la infancia, que sumado a la leche de cabra de raza payoya y a la de vaca, permiten la obtención de unos quesos exquisitos.

La empresa cuenta con una cabaña de cabras de más de 300 ejemplares, de la raza payoya, que es autóctona de la sierra de Cádiz, que se ha adaptado muy bien a la orografía de Torrecera, localidad cercana a Jerez de la Frontera, donde se asienta la empresa.

Producto indispensable para el aporte de calcio y prevención de enfermedades óseas. Producto 100% natural sin aditivos, ni conservantes, ni colorantes, sin adulterar.



CARMEN MORALES MARQUEZ

Nombre y apellidos:

CARMEN MORALES MÁRQUEZ

Localidad de origen del producto:

PUENTE GENIL, CÓRDOBA

Comarca y provincia del producto:

PUENTE GENIL, CORDOBA

Nombre de la marca:

APROGENIL

Teléfono de contacto:

687 18 64 48

Correo electrónico:

carmen.qm@hotmail.com

Productos que elabora:

**MELON, SANDIA, AJOS, HABAS,
ALCACHOFAS, PATATAS**

Al ser nieta, hija y esposa de agricultor, su vida profesional tenía que estar relacionada con el mundo de la agricultura a la fuerza y de ello he hecho mi medio de vida. Lo que le impulsó a producir sus propios productos fue poder dar trabajo a los demás y poder alimentar a la población.

Las propiedades del ajo son conocidas. Es un antibiótico natural. La patata, por su contenido en hidratos de carbono es necesaria casi a diario y complementa muy bien a las carnes en la alimentación.





M^a CARMEN RAMÓN ROMÁN

Nombre y apellidos:

M^a CARMEN RAMÓN ROMÁN

Localidad de origen del producto:

LA CAÑADA, ALMERIA

Comarca y provincia del producto:

LA CAÑADA, ALMERIA

Nombre de la marca:

TOMATES CORTIJO EL CHARCO

Teléfono de contacto:

616 43 52 45

Correo electrónico:

algarra.60@gmail.com

Productos que elabora:

TOMATES RAF DE TEMPORADA

Soy Agricultora de hortalizas desde hace ya más de 30 años, y vendiendo directamente mis productos a través de los canales cortos de comercialización consigo que los consumidores tengan un acceso más directo y cercano. Busco un precio digno para mi producción, pues de la otra manera se encarece para el consumidor y se abarata en demasía para el productor.

Es refrescante, antioxidante y su bajo contenido en sodio y grasas lo convierten en un alimento perfecto para personas hipertensas o con enfermedades cardiovasculares. Bajo en calorías, el tomate reduce el colesterol, elimina el ácido úrico y ayuda a prevenir distintos tipos de cáncer. En el paladar resulta exquisito por su gusto agri dulce, como si fuese el resultado de una mezcla perfecta entre una fruta y un vegetal. Su original sabor es difícilmente imitable. Para crecer, el raf necesita un entorno que ofrezca agua con ciertos toques de salinidad —de ahí que la zona de Almería sea su hábitat natural.



MARTA FONT LORENTE

Nombre y apellidos:

MARTA FONT LORENTE

Localidad de origen del producto:

TÍJOLA, ALMERIA

Comarca y provincia del producto:

TÍJOLA, ALMERIA

Nombre de la marca:

AROMAS DE LOS FILABRES

Teléfono de contacto:

950 42 01 17

Correo electrónico:

info@aromasdelosfilabres.com

Productos que elabora:

JABONES, CREMAS, LECHE CORPORALES, LOCIONES, ACEITES VEGETALES, ACEITES ESENCIALES, ACEITES CORPORALES, TRATAMIENTOS Y PROTECTORES LABIALES. TAMBIÉN TIENEN PRODUCTOS ECOLÓGICOS

Aromas de Los Filabres se constituyó en el 2003 con ánimo de ofrecer al mercado productos cosméticos naturales de calidad, respetuosos con el medio ambiente y elaborados con sumo cuidado y dedicación. La empresa está ubicada en Tijola, un pueblo de Almería, a los pies de la sierra de Los Filabres. Ésta es una zona donde se cultivan olivos y donde se pueden encontrar un gran número de plantas aromáticas. De la unión de estos dos factores y de nuestros conocimientos en botánica y química surgió la idea de la elaboración de los productos cosméticos "Aromas de Los Filabres" y para abastecer al mercado de productos cosméticos naturales con un proceso de elaboración no convencional.

Fabrican de forma artesana productos cosméticos naturales elaborados únicamente con ingredientes vegetales. La principal cualidad de sus productos es que aporta hidratación y cuidado al a piel sin dañarla. Muchos de los ingredientes provienen de la agricultura ecológica, así nace la línea de productos certificados por ECOCERT.





MARILOLI CORTES SUÁREZ

Nombre y apellidos:

MARILOLI CORTES SUÁREZ

Localidad de origen del producto:

HUELVA

Comarca y provincia del producto:

ALMONTE, HUELVA

Nombre de la marca:

FRUTAS CORTÉS

Teléfono de contacto:

627 57 78 53

Correo electrónico:

marilolicortes@hotmail.com

Productos que elabora:

FRESÓN DE HUELVA

Mariloli concibe la vida junto a la fresa.

Lo vivió desde pequeña con su padre y después con sus hermanos a los que se unió en 2005. Lo que la impulsó a participar fue el sistema de trazabilidad, que le apasiona.

Las fresas tienen mucha vitamina c y es una fruta perfecta para postres y de muy fácil conservación.



M^a DEL MAR CAZORLA

Nombre y apellidos:

M^a DEL MAR CAZORLA

Localidad de origen del producto:

ALMERÍA

Comarca y provincia del producto:

VICAR, ALMERIA

Nombre de la marca:

SELECFRUS

Teléfono de contacto:

617 43 69 68

Correo electrónico:

mcazorla@selecfrus.com

Productos que elabora:

**FRUTAS Y HORTALIZAS ECOLÓGICAS
DE ORIGEN ESPAÑOL**

Empezó en 2003 con su empresa de comercialización de verduras convencionales cultivando y comercializando directamente a mayoristas y distribuidores de España y países de Centroeuropa. A partir de 2007 inicia la producción de verduras ecológicas y comercialización de las mismas. Vio lo importante para la salud de la producción de productos sanos sin pesticidas ni hormonas, i aditivos ni conservantes y el sabor que consiguen.

Productos naturales libres de pesticidas. Son productos con sabor y olor natural y libres de tratamientos poscosecha y almacenamientos frigoríficos. Son productos con certificación ecológica.



La Despensa femenina del Turismo Rural

COFINANCIADO POR:

