

Dossier de gastronomía

TENERIFE



Índice

- 1 Tenerife, despierta emociones!
- 2 Tenerife, un destino para saborear
- 3 Productos de Tenerife
- 4 Vinos de Tenerife, Vermuts de Tenerife y Casa del Vino
- 5 Datos clave sobre la viticultura en Tenerife
- 6 Estrellas Michelin y Soles Repsol
- 7 Plan de Gastronomía de Tenerife
- 8 Saborea Tenerife
- 9 Hitos de la gastronomía en Tenerife
- 10 ¿Cómo disfrutar de la gastronomía en Tenerife?
- 11 ¿Quieres saber más?



Tenerife, despierta emociones!

1

Tenerife es un destino turístico moderno, diverso y comprometido con la sostenibilidad. Con clara vocación de situarse como referente turístico internacional, busca atraer a nuevos segmentos de viajeros, más allá del sol y la playa, a través de un mensaje adaptado a la realidad digital actual, que apela a su identidad y, sobre todo, a la emoción.

La mayor de las Islas Canarias es una sorprendente conjunción de ecosistemas, paisajes y microclimas que logran convertirlo en un lugar único. En una sola isla, y separados por distancias muy cortas, conviven paisajes desérticos con bosques subtropicales y parajes volcánicos.

El Parque Nacional del Teide y la ciudad de San Cristóbal de La Laguna, ambos Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO son, además, muestra de la diversidad que releja una isla, en la que, además, es posible realizar actividades al aire libre durante todo el año.

Tenerife ofrece una enorme
variedad de experiencias
versátiles y singulares, que hay
que vivir en primera persona
para conocer la gran
diversidad de emociones que
es capaz de despertar.



Tenerife, un destino para saborear

2

Es una realidad que quien llega atraído por la diversidad de experiencias que ofrece Tenerife y prueba la gastronomía insular, **termina enamorándose de sus productos y diversidad culinaria, entre lo tradicional y la vanguardia.**

La gastronomía de Tenerife es un homenaje al esmero y al cariño que cada día ponen los productores y cocineros de la isla.

Personas que se guían por un instinto y transmiten su saber hacer, fruto de la influencia del Atlántico y el mestizaje entre Europa, África y América. Inspira conocimiento, legado y **capacidad de crear y reinterpretar la tradición en equilibrio con la innovación.**

Como seña de identidad local, la gastronomía aporta al destino singularidad y diferenciación, poniendo en valor los elementos diferenciadores de

la isla: **clima, biodiversidad, sus productos 'kilómetro cero' y de temporada, orografía, patrimonio y etnografía del territorio y su población.**

En este sentido, Tenerife es un destino gastronómico líder basado en:

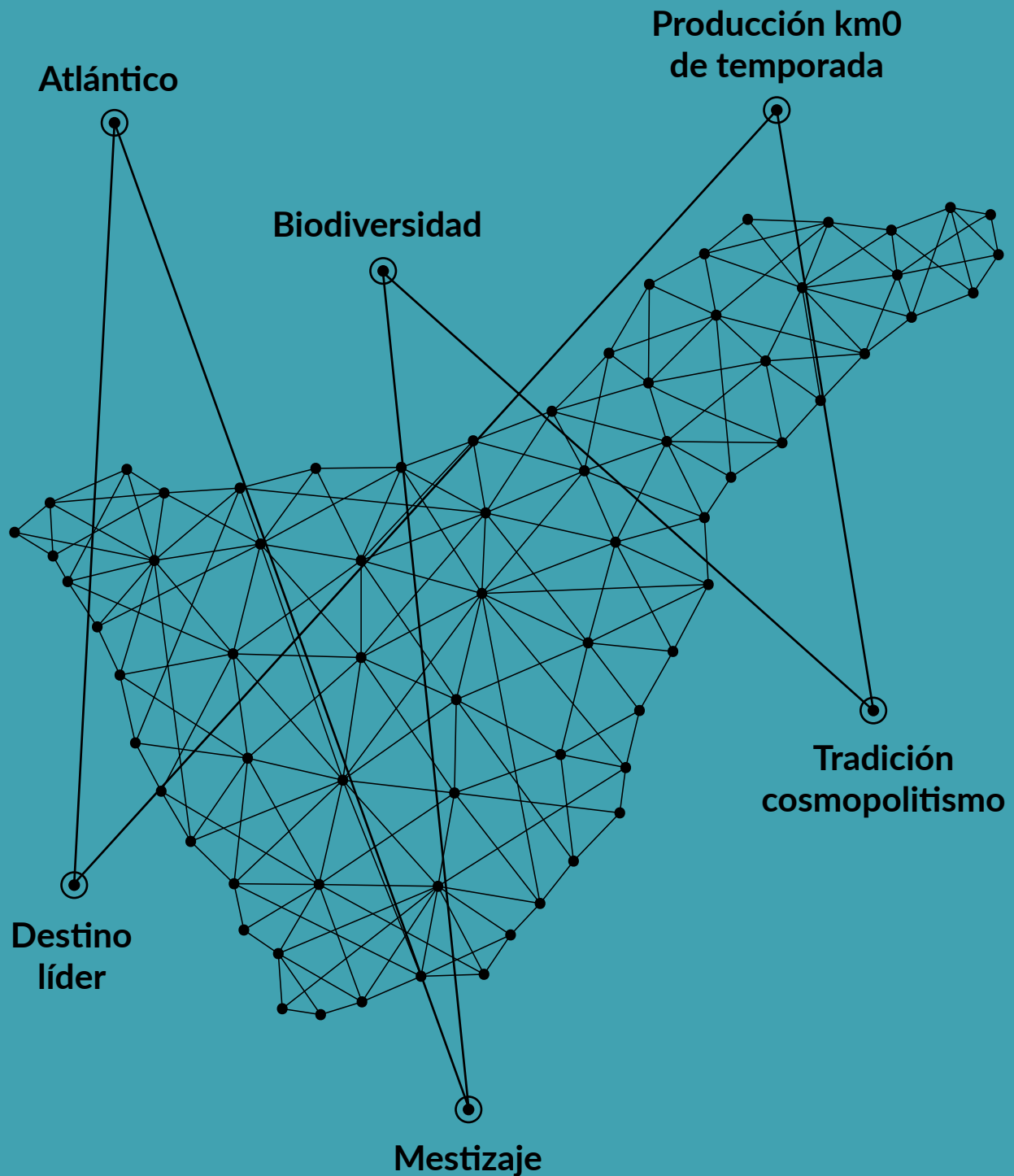
El patrimonio cultural y culinario de la isla.

La calidad, la variedad y el prestigio internacional de la materia prima.

La creatividad e innovación con la puesta en marcha de nuevas tendencias gastronómicas.



Atributos clave diferenciadores



Productos de Tenerife

Descubre más



3

Singularidad y diversidad de productos, con el valor añadido del esfuerzo y la dedicación que todos los productores de la isla ponen en su desempeño, día a día, son el punto de partida de la calidad

gastronómica que ofrece la isla.

En Tenerife hay una excelente materia prima, fruto de la tradición y la evolución constante de nuestro territorio, rico, auténtico y sostenible.

El paisaje culinario de la isla lo conforman los productos 'kilómetro cero', que son emblema de nuestra gastronomía a través de:

FRUTAS. Tenerife es la isla con mayor producción del reconocido Plátano de Canarias, con IGP, considerado entre los mejores del mundo. Pero, además, es un vergel para la producción de otras variedades como la manzana reineta, el aguacate o la papaya gracias a la diversidad de terrenos de cultivos a diferentes alturas dentro de nuestro territorio.



PESCADOS. Samas, cherne, viejas, atunes, sardinas, meros. La riqueza de la fauna marina que habita en las costas de Tenerife se aprecia también en sus deliciosas recetas elaboradas con pescado fresco.



CASTAÑAS. En la isla se cultivan más de 20 especies de castañas. Su elevado valor nutritivo, así como su sabor, hacen que las castañas tinerfeñas estén reconocidas en el ámbito internacional.



GOFIO. Uno de los productos emblema de Tenerife. El resultante de la molturación de cereales tostados. La producción total de gofio de la isla se estima en unas 2.300 Tm al año, lo que supone aproximadamente el 40% del total de Canarias.



Destacan, por tipos, el elaborado a base de trigo, millo (que es como se denomina en las islas al maíz), mezcla de trigo y millo y otros donde intervienen granos como la cebada, la avena, el garbanzo y mezclas variadas.

Productos de Tenerife

3

MIEL. La Denominación de Origen Protegida 'Miel de Tenerife' cuenta con más de una decena de variedades distintas, aunque existen más reconocidas. Las mieles de Tenerife convierten los aromas de las flores endémicas de Canarias, en un sabor incomparable, fruto de una tradición de más de cinco siglos de historia.

La Casa de la Miel, localizada en El Sauzal, es un centro de servicios orientado hacia la apicultura. Ofrece una serie de servicios relacionados con su actividad que intentan ajustarse a las necesidades del sector, que se compone, actualmente, de más de una decena de variedades únicas en el mundo.



Productos de Tenerife

3

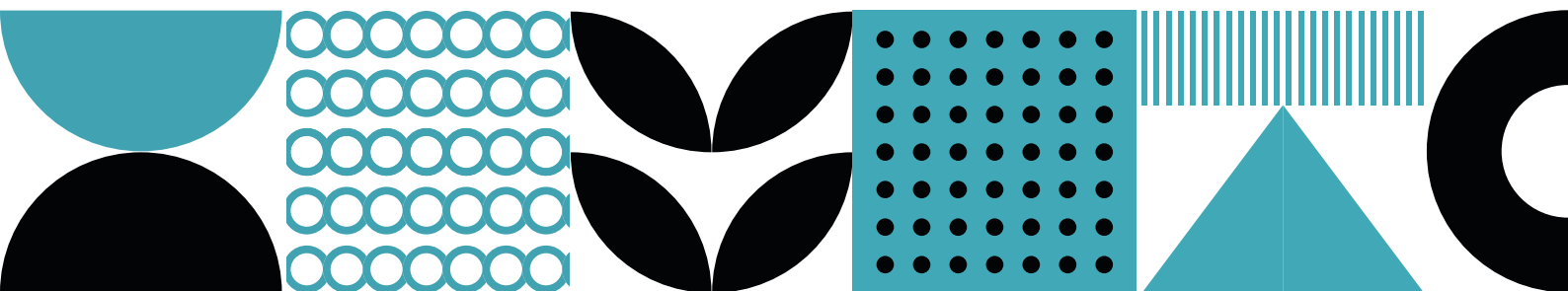
CARNE. Destacan las carnes de conejo y de cabra. Canarias cuenta con tres especies autóctonas de cabra muy reconocidas internacionalmente. La carne del cochino negro, una especie autóctona, también es muy apreciada por su sabor.



PAPAS. Su calidad, sabor y cualidades únicas han sido principales impulsoras de su Denominación de Origen Protegida “Papas Antiguas de Canarias”. Esta protección especial, obtenida en 2013, fue pionera en España sobre este tubérculo.



QUESOS. Imprescindibles en la gastronomía tinerfeña, predomina el queso de cabra o mezclado de cabra y oveja, de mayor untuosidad. Se consumen especialmente en la variedad de quesos frescos y blancos, pero también curados, elaborados, en muchas ocasiones, de manera artesanal.



Vinos de Tenerife y Vermuts de Tenerife

4

Los Vinos de Tenerife son toda una experiencia de textura, cuerpo y sabor. Blancos, rosados, tintos o malvasías, todos transmiten el clima y la particular geología de la Isla.

Vinos de Tenerife y Vermuts de Tenerife

4 Vinos de Tenerife

La viña llegó a Tenerife con los primeros europeos en el siglo XV. **Las bondades de nuestros vinos han sido ampliamente reconocidas**; desde Shakespeare, quien hizo mención de ellos en muchas de sus obras, hasta la Casa Blanca, donde han llegado a degustarse como producto de élite.

Son los métodos de elaboración tradicionales, especialmente en el momento de la vendimia que se lleva a cabo con especial mimo y cuidado, **los responsables de unos vinos con sabores y aromas únicos**.

Más de un centenar de bodegas producen vinos diferenciados y con mucha personalidad, dando visibilidad a un impresionante patrimonio vitivinícola. En este punto, destaca el valor que aporta la producción en la isla: tomar una copa de vino de Tenerife es degustar un producto de exclusividad. **Baluartes de la gastronomía del territorio**.

Vermuts de Tenerife

Aunque cuentan aún con una corta historia, los Vermut de Tenerife tienen el reconocimiento de los consumidores locales, comenzando a impresionar fuera de las lindes insulares.

Los componen ingredientes únicos.

Los vinos singulares de la isla y botánicos endémicos como el incienso tinerfeño o la ruda y el romero tan presente en los paisajes de Tenerife. Actualmente, seis bodegas cuentan con vermouths entre sus productos comercializados, constituyendo propuestas muy personales y variadas, pero **con un alma volcánica común que las diferencia de otras procedencias**.

Casa del Vino

La Casa del Vino fue creada para la promoción de los vinos de calidad de la isla. Alberga en su interior el Museo Insular de la Vid y el Vino de Tenerife, una sala de degustación donde poder catar los vinos de las cinco denominaciones de Origen de la Isla, así como vinoteca, tienda y un amplio programa de actividades culturales.

Conócela mejor



Datos clave sobre la viticultura en Tenerife

5



Desde hace siglos, la vid es también uno de los principales cultivos de la isla, con unas 3.200 hectáreas, un 17% de la superficie cultivada de la isla.

La característica principal en la elaboración de vinos de Tenerife es la gran variedad de uvas únicas que se cultivan en la isla, que se adaptan a los múltiples microclimas, la orografía, orientación frente a los vientos Alisios y los suelos volcánicos. En definitiva, la Macaronesia, un enclave en el Atlántico norte constituido por los archipiélagos canario, de Azores, de Madeira y Cabo Verde. Tenerife cuenta con cinco comarcas vitiviní-

colas diferenciadas: Tacoronte-Acentejo, Ycoden-Daute-Isora, Valle de la Orotava, Valle de Güímar y Abona y seis diferenciadas Denominaciones de Origen Protegidas con los mismos nombres anteriores y a la que se suma Islas Canarias.

Los vinos de la isla son excepcionales porque conservan sus métodos tradicionales, que cuentan con más de cinco siglos de saber hacer, como los utilizados para elaborar los vinos de cordón, únicos en el mundo. También destacan por su producción, adaptada al terreno, dando un total sentido a la conocida viticultura heroica.

Estrellas Michelin y Soles Repsol

6

La elevada calidad de la gastronomía de Tenerife se ha visto reflejada en la obtención de los más prestigiosos galardones culinarios: **estrellas Michelin, Bib Gourmand, platos Michelin y soles Repsol** son algunos de ellos, en los que la oferta culinaria de la isla está presente desde principios de los años 2000.

Estrella Michelin



MB



The Ritz-Carlton, Abama
Guía de Isora

Situado en The Ritz-Carlton, Abama y dirigido por el chef Erlantz Gorostiza, la cocina de M.B no sólo se caracteriza por su creatividad e innovación, sino por una profunda comprensión de los sabores y un gran respeto por los ingredientes, cualidades que se encuentran en abundancia en este restaurante que la Guía Michelin sigue reconociendo como destino gastronómico de excepcional.



Nub

Hotel Bahía del Duque
Adeje

El Nub nació en 2016 con la inquietud de crear un espacio gastronómico con una cocina muy personal, acorde a la filosofía y los orígenes de sus chefs, Fernanda Fuentes-Cárdenas (Chile) y Andrea Bernardi (Italia). Ambos han creado una propuesta gastronómica donde la búsqueda de los orígenes y la conexión entre América Latina e Italia con Canarias se transforman en una experiencia única.



El Rincón de Juan Carlos



Royal Hideaway Corales Beach
Adeje

De línea moderna, enamora a todo aquel que lo visita, tanto por las vistas al océano desde algunas mesas como por el servicio y el nivel gastronómico que ofrecen, pues muchos platos alcanzan la capacidad de emocionar. Fieles a su filosofía apuestan por el recetario canario desde un punto de vista creativo, en base a productos premium y con altas cotas de refinamiento en las presentaciones. Su oferta se concreta en un único y extenso menú degustación, con la opción de distintos maridajes y, si lo desea, unos deliciosos panes artesanales.



El Taller de Seve Díaz

Puerto de la Cruz

El Taller de Seve Díaz ofrece dos menús de degustación, "Menú sorpresa" y "Menú largo", que varían según la temporada, fusionando los sabores del mar y la tierra canaria con influencias mediterráneas y de otras culturas. En un espacio sencillo y sereno en el centro de Puerto de la Cruz, la propuesta pone en valor el producto local de calidad, trabajado con respeto y creatividad. Al frente del restaurante y de su equipo está el chef Seve Díaz, cuya visión guía cada detalle de la experiencia. Con un trato cercano y profesional, el equipo busca que los comensales vivan una experiencia única y se sientan protagonistas de un viaje culinario lleno de imaginación y carácter propio.



Estrellas Michelin y Soles Repsol

6

Estrella Michelin



San-Hô Royal Hideaway Corales Beach Adeje

Una propuesta de fusión fascinante, con notas personalizadas y creativas que elevan ese concepto a otro nivel y que combinan, en ocasiones, el recetario japonés, el peruano y el propio de las islas Canarias. Los talentosos chefs, Adrián Bosch y Eduardo Domínguez, trabajan, principalmente, en base a dos sugerentes menús degustación que ofrecen en un comedor contemporáneo con ventanales panorámicos y una agradable terraza con vistas.



Taste 1973 Hotel Villa Cortés Arona

Las raíces guanches cobran protagonismo de la mano de Diego Schattenhofer, quien bajo el lema "no creamos recetas, creamos emociones" muestra su cocina creativa en Taste 1973. Su técnica, trabajo y equipo multidisciplinar, entre los que se encuentran biólogos marinos, neurólogos o historiadores, combinan con la historia insular y un gusto por los pescados madurados como claro elemento diferenciador.



Donaire Hotel GF Victoria Adeje

Donaire es un encantador restaurante en el Hotel GF Victoria, conocido por su sala semicircular acristalada con vistas al litoral de Costa Adeje y al océano. El chef Jesús Camacho, con una sólida formación en pastelería, imprime su sello en cada plato. Su cocina, que combina técnica y creatividad, busca satisfacer los paladares más exigentes con una estética impecable.



Haydée Hotel Gran Tacande Wellness & Relax Adeje

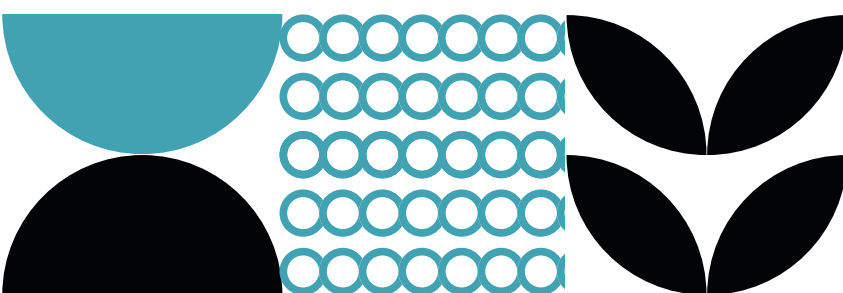
Haydée muestra la creatividad que caracteriza la cocina de Víctor Suárez a través de dos menús, Atlántico y Raíz, que actualizan el recetario de la isla. Natural de La Orotava, su personalidad queda reflejada a través del paladar, que liga a la perfección con el recuerdo de su infancia y sus aromas asiáticos-peruanos, baños de alisios y rompientes del atlántico embravecido y la seducción volcánica.



Il Bocconcino Royal Hideaway Corales Beach Adeje

Il Bocconcino muestra la creatividad del chef Niki Pavanelli a través de dos menús, 'Identidad' e 'Il Bocconcino', que reinterpretan la cocina italiana con productos locales. Natural de Bolonia, su personalidad se refleja en platos como la innovadora Carbonara 3.0 y el postre La Scarpetta, que evocan recuerdos y técnicas tradicionales italianas, ofreciendo una experiencia culinaria única.

 Estrella Michelin



Estrellas Michelin y Soles Repsol

6

Soles Repsol

El Rincón de Juan Carlos	●●●●
Bogey	●●
NUB	●●
Étereo by Pedro Nel	●●
La Cúpula	●●
M.B.	●●
San Hô	●●
Donaire	●
Il Bocconcino by Royal Hideaway	●
La Sandunga	●
Silbo Gomero	●
AIE	●
El Secreto de Chimiche	●
Kensei	●
Dos Naïfes	●
Taste 1973	●
Kiki	●
Char fuego y brasas	●
El Taller Seve Díaz	●
Lajar de Bello	●
San Sebastián 57	●

Cráter	●
Troqué	●
Haydeé	●
Moral	●

Si quiere descubrir los nuevos restaurantes que han obtenido alguna distinción de la Guía Repsol (soletes y recomendados), visite www.guiarepsol.com/es/soletes/



Plan Director de Gastronomía y Turismo de Tenerife

7

Los diferentes proyectos y planes que han posicionado a Tenerife en la vanguardia de la gastronomía, el trabajo de entidades y empresas que configuran la cadena de valor en términos culinarios, así como los eventos gastronómicos que nos dan la visibilidad de cara al exterior.

Todos son esfuerzos diarios en pro de objetivos comunes, que sitúan y definen a **Tenerife como un territorio con una inmensa riqueza cultural y natural**, al que se le une una singular oferta gastronómica que aporta un valor incalculable a su imagen como destino turístico líder.

Las líneas de trabajo de Tenerife, basado en un modelo de gobernanza en el que toda la cadena de valor aporta su visión de futuro, con el reconocimiento y la protección de la cultura gastronómica en el horizonte, a fin de mejorar su competitividad en consonancia con la estrategia de marketing y comunicación del destino, lo llevan hacia un horizonte certero.

Importante es y será, sin ninguna duda, el impulso al conocimiento y la formación en I+D+I, gracias a la puesta en marcha, muy pronto, de un nuevo centro que se convertirá en **epicentro de las nuevas tendencias gastronómicas del destino**.



Saborea Tenerife



8

Tenerife forma parte de Saborea España, una plataforma de ámbito nacional creada en el año 2009 para promocionar la enogastronomía de España partiendo de la revalorización de los productos locales, la calidad y la creación de

Además, a través del Plan Director de Gastronomía de Tenerife se colabora con las principales asociaciones sectoriales de la isla para el fomento de todos sus ejes estratégicos.

Descubre más



Hitos de la gastronomía de Tenerife

9

¿Sabías que...?

La gastronomía de Tenerife ha tenido una evolución ascendente en los últimos veinte años. Ejemplo de ello es que **en 2002 obtuvo la primera estrella Michelin otorgada en Canarias**. Fue para *el Mesón El Drago, de Carlos Gamonal*. Dos décadas después, la isla cuenta con siete de estos galardones culinarios, convirtiéndose en la guía a seguir en el resto del Archipiélago.

El trabajo en equipo de chefs, productores, viticultores, ganaderos, pescadores y técnicos de las distintas materias ha sido fundamental durante las dos últimas décadas. No obstante, **Tenerife fue pionera en España en contar con un Plan de Gastronomía insular**. Se publicó en el año 2000 y se revisó en 2016.

La colaboración entre entidades públicas y privadas también ha sido importante en el impulso y promoción de la gastronomía insular. **En 2013, Tenerife entró en el club de productos Saborea España**, bajo el distintivo Saborea Tenerife; un hito que le permitió dar un salto en el posicionamiento culinario de la isla.

La creación y continuidad del **Salón Gastronómico de Canarias, Gastrocanarias**,

desde 2014; la acogida de eventos de relevancia como las galas de entrega de los **Soles Repsol**, en 2017, y de la **Guía Michelin**, un año más tarde, se han sumado a la relación de hitos que giran entorno al quehacer culinario de la isla.

La promoción propia de la gastronomía insular incluye, no obstante, la **presencia del destino y sus productos en importantes ferias y congresos**, destacando su importante apuesta en **Madrid Fusión y San Sebastián Gastronomika**, adonde, desde 2020, acude con un stand en formato restaurante de más de 200 metros cuadrados, y de un túnel del Vino de Tenerife, con presencia sus seis denominaciones de origen protegidas.

La isla se ha convertido así, en un referente gastronómico de los dos eventos del sector más importantes del país, y donde todo amante de la buena comida que se precie desea estar para comprobar que, año a año, la propuesta culinaria basada en producto kilómetro cero de Tenerife es capaz de superarse.

¿Cómo disfrutar de la gastronomía en Tenerife?

10

Tiendas especializadas

Descubre más



En Tenerife existe una amplia oferta de tiendas especializadas, repartidas por toda isla, que ofrecen los productos más representativos de nuestra gastronomía. Productos de selección y especialidades gourmet para los paladares curiosos.



Mercados y mercadillos

Descubre más



Los mercados y mercadillos de Tenerife ofrecen a locales y visitantes toda la variedad de los productos frescos, de temporada, que se producen en la isla. Lugares bulliciosos y llenos de vida, perfectos para conocer el destino a través de sus sabores más auténticos.



Restaurantes

Descubre más



En cada rincón de Tenerife se encuentran diferentes establecimientos gastronómicos, con diversas especialidades y un denominador común: ingredientes de proximidad y variedad de sabores, donde la tradición y la vanguardia se combinan para sorprender al comensal. Cocinas con una oferta rica en matices: personales, diferentes y atractivas, con propuestas culinarias para todos los gustos. Los restaurantes en Tenerife ofrecen calidad y un cuidado servicio.



¿Cómo disfrutar de la gastronomía en Tenerife?

10

Guachinches

Exponentes del concepto de cocina tradicional y la idiosincrasia tinerfeña, los guachinches son un emblema en Tenerife. Y una visita obligada para todo el que desea conocer la cultura gastronómica de la isla. Nacen de la necesidad del viticultor a la hora de dar salida a sus excedentes de vino, reformulando el término de “casas de comidas”, a través de cartas con platos típicos, sencillos y sabrosos para acompañar un buen vaso de vino del país.

Espacios improvisados, que han ido evolucionando con el tiempo, pero que conservan un ambiente especial de “tenderete” y disfrute, con todo el entrañable y delicioso sabor de la cocina casera.

Descubre más



Fiestas populares más actividades enogastroturísticas

Hay diversas maneras de descubrir a qué sabe Tenerife. **Cualquier época es apetitosa.** Pero, sin duda, **existen en el calendario momentos especiales que aportan notas singulares e inolvidables.** Para los visitantes ávidos de nuevas vivencias y emociones, las actividades enogastroturísticas ofrecen un turismo experiencial que muestra lo mejor de la isla, en cada una de las estaciones del año. Estas actividades dan la oportunidad de conocer el territorio y el valor de sus productos enogastrónomicos a través del mundo de la vitivinicultura.

Disfrutar de la gastronomía de Tenerife a través de sus fiestas populares es vincular la identidad cultural de la isla con sus tradiciones culinarias y vitivinícolas.

Descubre más



Y al igual que en todo el territorio nacional, existen numerosas recetas representativas de los días más señalados del calendario.

En Tenerife no hay romerías sin pellas de gofio, Navidad sin truchas rellenas de batata o cabello de ángel, ni Semana Santa sin cazuela de pescado.

¿Cómo disfrutar de la gastronomía en Tenerife?

10

Recetario

Descubre más



Los productos que se cultivan y elaboran en Tenerife son los protagonistas de numerosas recetas que han trascendido a la largo de la historia. La base de la gastronomía tinerfeña se compone de verduras frescas, frutas, papas y pescados. Asados de sabrosas carnes, como la de cabra y el conejo, aderezados con mojo o salmorejos. Diferentes combinaciones de potajes y nuestro delicioso y típico puchero canario.

Las papas arrugadas son, junto al queso, imprescindibles en nuestras mesas. Productos sencillos, pero llenos de sabor. Gracias a los cuales se puede entender la tradición culinaria de la isla. Una tradición que cada día evoluciona a través de nuevos caminos donde la creatividad y la innovación marcan un nuevo destino y nuevos talentos profesionales para el futuro.

Como broche final, nuestros postres.

Las recetas y elaboraciones de dulces típicos canarios son indispensables en cualquier experiencia gastronómica de la isla. Teniendo en cuenta que uno de los principales cultivos de Tenerife fue la caña de azúcar, es lógico que esto dejara huella en la gastronomía isleña.



Vídeorecetas



Anexo: Descubre información detallada de los productos de Tenerife

11





VARIEDADES

En Tenerife se elaboran excepcionales vinos blancos, tintos y rosados, así como reconocidos vinos dulces como las malvasías y vibrantes espumosos. Las variedades de uva emblemáticas de la isla en la isla son:



LISTÁN NEGRO

Con ella se obtienen vinos tintos jóvenes muy sabrosos, de crianza e incluso vinos dulces, de aromas a frutos negros, notas minerales y envolventes en boca. Como resultado, se obtienen unos vinos equilibrados y con gran armonía.



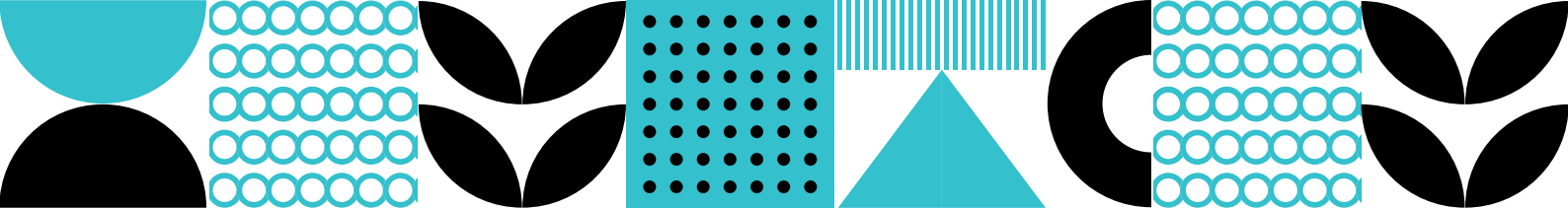
LISTÁN BLANCO

Con esta variedad se pueden elaborar desde vinos jóvenes frescos a dulces clásicos. Esta variedad produce unos vinos con buena acidez, aromas minerales, resultando untuosos y con volumen en boca.

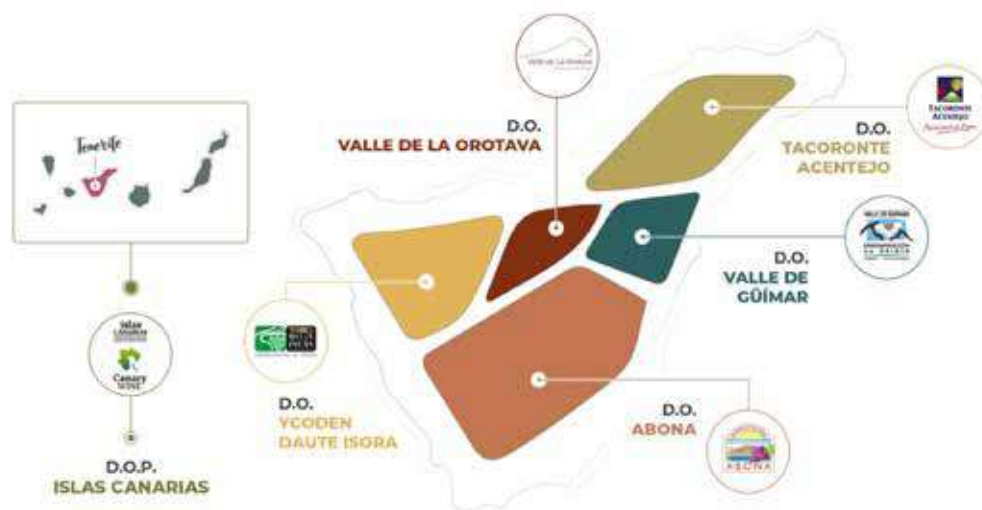
Además, en Tenerife se cultivan muchas otras variedades, algunas de ellas autóctonas y cuyas elaboraciones solo puedes encontrar en Canarias:

- **Malvasía Aromática:** Fueron los "Canary sack", los vinos viajeros que conquistaron las monarquías del S. XVI y XVII y que llevaron las tripulaciones de las flotas inglesas y holandesas. Bayas redondas de tamaño pequeño y pulpa carnosa, y acidez alta en la maduración. Sus vinos presentan carácter frutal marcado y gusto mineral.
- **Gual:** De colores verdes amarillo (epidermis) que produce vinos aromáticos, untuosos e intensos.
- **Albillo Criollo:** Colores verdes (epidermis) y rosa amarillento y baya redonda de la que se obtienen vinos frescos aromáticos con perfil frutal y floral.
- **Marmajuelo:** Baya elíptica de epidermis amarillo-verde. Tiene un gran potencial para la elaboración de vinos de calidad. Sus vinos son aromáticos e intensos en boca, con acidez elevada.
- **Forastera Blanca:** Colores verdes amarilla (epidermis) y amarilla con baya redonda que produce interesantes vinos jóvenes de perfil floral.
- **Moscatel de Alejandría:** Uva blanca de grano redondo, produce vinos expresivos con aromas florales, cítricos y sabor a uva fresca.
- **Negramoll:** Suele ensamblar con listán negro, aportando volumen y untuosidad con sus sensaciones aterciopeladas en boca.
- **Vijariego Negro:** Colores azul negro (epidermis) negro azulado elabora unos vinos peculiares con aromas a frutos rojos y especias.
- **Castellana Negra:** Colores azul negro (epidermis) y negro azulado, usada principalmente en ensamblajes con listán negro, aporta interesantes notas a regaliz y minerales.
- **Tintilla:** colores azul negro (epidermis) y negro azulado, se suele utilizar en ensamblajes con listán negro en la elaboración de vinos jóvenes de aromas especiados.



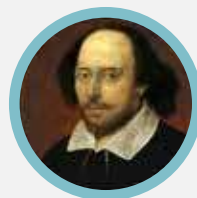


En Tenerife operan cinco denominaciones de origen de vinos tradicionales (Abona, Valle de La Orotava, Valle de Güímar, Tacoronte-Acentejo e Ycoden-Daute-Isora) y una sexta más reciente, denominada Islas Canarias.



ORIGEN

Las primeras vides se plantaron a finales del siglo XV, traídas por colonos y religiosos de distintos países europeos.



Fama Mundial El inglés William Shakespeare, el escocés Sir Walter Scott o el mismo poeta y dramaturgo del Siglo de Oro español, Luis de Góngora, hablaban de los vinos de Canarias. Que fueron preciados por las cortes europeas durante siglos y dejaron su huella en la literatura de autores canónicos como los ya nombrados.



Caída del trono En el s. XVIII, la erupción del volcán de Garachico provocó la destrucción del principal puerto del cual se exportaba el vino a Europa. Además, los posteriores conflictos bélicos y desavenencias entre la corona inglesa y la española favorecieron comercialmente a los vinos portugueses debido a su alianza con Gran Bretaña. Durante este siglo se introdujo desde Estados Unidos la plaga filoxera, que produce grandes destrozos y la desaparición de vides en Europa. Esta plaga no prospera en Canarias con lo cual se conservan y sobreviven hasta nuestros días muchas de esas variedades desaparecidas del continente.



Actualidad Los vinos han experimentado una mejora excepcional en su calidad y versatilidad. Esto, unido a la tipicidad de las uvas con las que se elaboran y el territorio volcánico donde crecen, resulta en unos vinos únicos e inigualables. Numerosos prescriptores, guías especializadas y los variados premios que los vinos de Tenerife tienen cada año en concursos internacionales de renombre así lo avalan. Estos reconocimientos han hecho que los vinos de Tenerife vuelvan a conocerse, como hace cuatro siglos, a nivel mundial.

CULTIVO

La viticultura tinerfeña se caracteriza por la plantación de las varas a pie franco (es decir, directamente sin variedad portainjerto).

SISTEMAS TRADICIONALES DE CONDUCCIÓN DE LA VIÑA

Los diferentes sistemas tradicionales de conducción de la viña que encontramos en Tenerife responden a un mejor aprovechamiento de los recursos y a la adaptación de la viña a cada parcela y condiciones microclimáticas de la geografía de la isla.

El cordón trenzado:

Es un sistema único típico del Valle de La Orotava que consiste en trenzar los sarmientos de forma que la vara productiva quede colocada sobre la del año anterior.

El parral bajo:

Método de conducción en el que se conduce un único tronco hasta un metro de altura y su masa vegetal se desarrolla en un tendido de alambres horizontales al suelo.

El parral alto:

En este sistema la vid se eleva hasta unos 2 m. aproximadamente, usando postes sobre los que discurre una red de alambres sobre los que se apoyará la vegetación.

Emparrado:

Se caracteriza por su llamativa inclinación, a menudo para adaptarse a los linderos de las parcelas y proporcionar la mejor ventilación y exposición a la luz solar del plano de vegetación.

La viña en rastras:

Es un sistema en la que la cepa llega a alcanzar hasta 4-5 m de longitud apoyada sobre horquetas de madera, que se colocan en junio y se desmontan tras la vendimia, aprovechando el terreno para otros cultivos.

El vaso irregular:

Fue uno de los primeros sistemas de conducción que se introdujeron en la isla. Los vasos pueden adquirir cierta altura en su tronco y amplitud en sus brazos.



CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES



Las variedades autóctonas de uvas tinerfeñas muestran una elevada singularidad debido a las características volcánicas, climáticas y geográficas de la isla. A estas hay que añadir:

- El efecto de los microclimas
- Los diferentes suelos, procedentes de las distintas orogénesis de la isla y su antigüedad.
- La altitud, siendo el Teide la tercera estructura volcánica más alta del planeta
- La orientación a los vientos predominantes que afectan a la isla, principalmente a los vientos Alisios, configurando dos zonas totalmente distintas, el norte y el sur.

Tenerife,
isla de vinos

Podrá encontrar más información sobre los vinos de Tenerife en la siguiente dirección:
vinosdetenerife.es

VINOS DE TENERIFE. **Por naturaleza, ofrecemos lo mejor.**

De las primeras viñas traídas y plantadas en el siglo XV por colonos de distintas procedencias, y de su adaptación a nuestros suelos volcánicos, orografía alisios y saber hacer de nuestros viticultores durante cinco siglos, surge un tesoro de paisajes vitivinícolas y elaboraciones singulares que constituyen un imprescindible descubrimiento para el visitante.cualquier otro punto de influencia.



PAPAS ANTIGUAS DE TENERIFE



VARIEDADES



Azucena negra

Su forma es generalmente redonda, con la piel algo áspera y de color morada-rojiza. Su carne es de color crema.



Azucena blanca

Su forma es predominantemente redonda, la piel es de color marrón claro y salpicada de manchas morado-rojizas y su carne es de color crema.



Bonita blanca

De piel color canelo claro con muy pocas manchas morado-rojizas y carne de color amarillo claro.



Bonita negra

Su piel es de color morado-rojizo muy oscuro, su carne es de color amarillo claro.



Bonita colorada

Su forma es generalmente redonda, con la piel algo áspera y de color morado-rojiza. Su carne es de color crema.



Bonita ojo de perdiz

Su forma es predominantemente redonda, la piel es de color marrón claro y salpicada de manchas morado-rojizas y su carne es de color crema.



Borralla o melonera

De piel color canelo claro con muy pocas manchas morado-rojizas y carne de color amarillo claro.



Colorada de бага

Su piel es de color morado-rojizo muy oscuro, su carne es de color amarillo claro.



Negra yema de huevo o negra

Su forma es generalmente redonda, con la piel algo áspera y de color morado-rojiza. Su carne es de color crema.



Peluca blanca

Su forma es predominantemente redonda, la piel es de color marrón claro y salpicada de manchas morado-rojizas y su carne es de color crema.



Peluca negra

De piel color canelo claro con muy pocas manchas morado-rojizas y carne de color amarillo claro.

Las papas amparadas por la DOP "Papas Antiguas de Canarias", son los tubérculos de papas procedentes de 29 variedades conocidas en Canarias como "antiguas", también llamadas locales, tradicionales, de color y/o de la tierra.

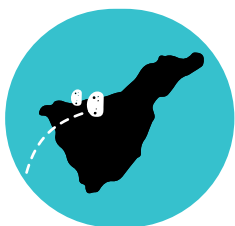


VARIEDADES



La Papa en Canarias

En el siglo XVI la papa cruzó el Océano Atlántico y, a través de las Islas Canarias, llegó a Europa. La primera referencia que existe en nuestras Islas sobre este alimento data del año 1567 y fue escrita por un notario público que da fe del envío de mercancías, desde Gran Canaria a Amberes: “... Y así mismo recibo tres barriles medianos que decís lleven patatas y naranjas e lemons berdes”. En Tenerife en el año, 1574 existe una referencia similar: - “... Así mismo vinieron de Tenerife dos barriles de patatas y ocho (...) llenos de aguardiente”.



La papa antigua de Tenerife en nuestro archipiélago

Según el ilustrado D. José de Viera y Clavijo, la papa fue introducida en la Isla por D. Juan de Bethencourt y Castro en el año 1622 (en el año 2022 se celebraron los 400 años del primer cultivo de papa del que hay referencias fuera de América) quien sembró en sus posesiones de Icod el Alto unas papas que había traído de Perú.



La papa antigua en la actualidad

Las papas antiguas de Canarias se encuentran en un momento decisivo para su continuidad como cultivo, y por lo tanto para su conservación y comercialización. En los últimos años acciones de valorización principalmente del Cabildo Insular de Tenerife, de colectivos como las Asociación La Papa Bonita y diversas cooperativas y empresas, han impulsado un mayor conocimiento y diversificado el uso de estas papas.

CULTIVO



Siembra

Las variedades de papa antigua en las islas se siembran en diferentes fechas a lo largo del año, y según sus características se obtienen en diferentes localizaciones y épocas.



Cosecha

La cosecha principal de papas antiguas se produce entre junio-julio, aunque existen producciones en mayo, diciembre, enero y febrero.



Crecimiento

Un ciclo de cultivo de entre cuatro y seis meses.



Riego

Las papas antiguas se suelen cultivar en el llamado secano húmedo de las medianías, aunque en el sur de la isla es habitual su cultivo mediante la aplicación de riego.



CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES

Las principales características de las variedades que están incluidas en la Denominación de Origen Protegido Papas Antiguas de Canarias son sus colores intensos con tonos oscuros o claros, muy atractivos, y los ojos más o menos profundos.



Denominación de Origen Protegido D.O.P.

Este sello europeo de identidad y calidad garantiza al consumidor su origen y trazabilidad, lo que refuerza su valor como producto tradicional, enlazando con la gastronomía en sus diferentes vertientes. Sin embargo, la afección de plagas, como la de la polilla guatemalteca, dificulta su producción y comercialización.

BENEFICIOS

La papa es un alimento bastante equilibrado aportando a nuestro organismo: proteínas, vitamina C, minerales y otros nutrientes. El consumo de papas puede ser beneficioso para la salud: propiedades anticancerígenas principalmente por sus compuestos fenólicos y propiedades reductoras de la glucosa presente en sangre.

Además, tiene efectos beneficiosos ante el colesterol por la acción antioxidante (lipoproteínas) por la presencia de fenoles, vitamina C y carotenoides, y aporta fibras que ayudan en los procesos digestivos (estreñimiento).

La papa contiene las sustancias conocidas como kukoaminas que contribuyen a reducir la presión arterial. Estas sustancias están presentes en muchas variedades de papas (algunas de las papas antiguas canarias), especialmente si son guisadas, pues las papas cocidas conservan mayor contenido de kukoaminas que las papas fritas.

Valores nutricionales

Agua:
77,5% (materia fresca)
22,5% (materia seca)

Proteínas:
2,0%

Lípidos:
0,1%

Cenizas:
1,0%

Glúcidos totales (azúcares):
19,4% (materia fresca)

Almidón:
15,7% (materia fresca)
70% (materia seca)

Sacarosa:
0,1-0,2% (materia fresca)
0,5-1,0% (materia seca)

Glucosa, fructosa:
0,07-0,45% (materia fresca)
0,5-2,0% (materia seca)

Celulosa bruta:
2,0-4,0% (materia seca)

Pectinas:
2,5% (materia seca)

Ácido cítrico:
1,0% (materia seca)

Vitaminas
(100mg materia fresca): B1 (0,11mg),
B2 (0,04mg), B3 (1,2mg), B5 (0,3mg), B6
(0,2mg)

Ácido ascórbico
Papa nueva - 40mg,
Después de 3 meses - 15mg,
Después de 6 meses - 5mg

Minerales
(100mg materia fresca): Azufre (29mg),
Calcio (14mg), Cloro (35mg), Cobalto
(0,01mg), Cobre (0,16mg), Fósforo
(53mg), Hierro (0,8mg), Iodo (0,03mg),
Magnesio (27mg), Manganeso (0,17mg),
Potasio (410mg), Sodio (3mg).

LA PAPA YEMA DE HUEVO: *El tesoro dorado de la gastronomía*

Según expertos del Centro Internacional de la Papa (CIP) Una de las variedades más valiosas de las papas antiguas de Tenerife es la papa Yema de Huevo. Esta variedad es pariente de las variedades que se cultivan en el continente americano, y pertenece a una especie de papa que solo se cultiva en Canarias y en Sudamérica. La papa antigua de Tenerife es la protagonista en numerosas recetas de nuestra gastronomía en cualquiera de sus variedades, pero sin duda, las **papas Negras**, las **Bonitas** y las **Azucenas**, son las preferidas a la hora de cocinar las famosas papas arrugadas. Podrá encontrar más información sobre la papa antigua de Tenerife en la siguiente dirección:

www.agrocabildo.org/publicaciones_detalle.asp?id=623





VARIEDADES



Bonito / Nombre comercial: **Listado** (*Katsuwonus Pelamis*). Pez parecido al atún, pero más pequeño. Cuerpo alargado, fusiforme, redondeado, pocas escamas. Coloración gris azulado brillante, por el dorso, blanquecino por el vientre; vientre con 4 ó 5 líneas longitudinales negras. Hasta 100 cm de longitud. Frecuente en Canarias de junio a octubre.



Tuna / Nombre comercial: **Patudo** (*Thunnus Obesus*). Es una de las especies de túnidos de mayor tamaño. Tiene el cuerpo robusto, cabeza y ojos grandes. Tiene la primera aleta dorsal y las aletas de color amarillo fuerte. Hasta 250 cm de longitud. Frecuente en Canarias de junio a noviembre.



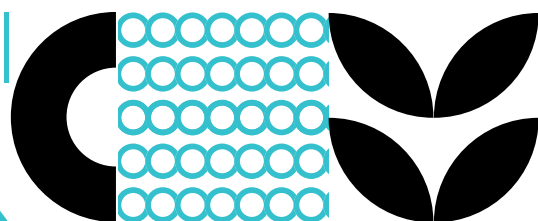
Barrilote / Nombre comercial: **Bonito del Norte** (*Thunnus Alalunga*). También conocido como atún blanco. Es una de las especies de túnidos de menor tamaño. Cuerpo fusiforme, redondeado y moderadamente alto. Ojos grandes y aletas pectorales muy largas. Coloración azul oscuro por el dorso; flancos y vientre blanco plateados. Hasta 130 cm de longitud. Frecuente en Canarias a principios y finales de año.



Rabil / Nombre comercial: **Atún Claro** (*Thunnus Albacares*). Cuerpo estilizado y con gran musculatura, tanto su cabeza como sus ojos son muy pequeños, pero sus aletas en comparación a la de otros atunes son muchísimo más grandes, es de color gris y azul y sus aletas presentan tonos amarillentos por las cuales le atribuyen su nombre. Hasta 220 cm de longitud. Frecuente en Canarias de agosto a noviembre.



Patudo / Nombre comercial: **Atún Rojo** (*Thunnus Thynnus*). También llamado Bluefin Tuna o Cimarrón. Es el atún de mayor tamaño y se diferencia del resto de los túnidos en que su aleta pectoral es la más corta. Tiene la cabeza, los ojos y la boca pequeñas. La mandíbula inferior sobresale a la superior. Su carne es rosada adquiriendo en ocasiones un tono rojo intenso. Hasta 310 cm de longitud. Frecuente en Canarias de enero a abril (migración de ida) y de octubre a noviembre (migración de vuelta).





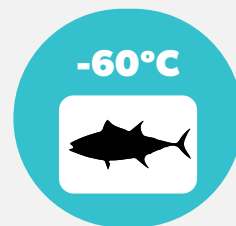
ORIGEN

Orígenes de los túnidos Las teorías sobre el poblamiento de Canarias por fenicios, cartagineses y romanos desde el siglo IX a.n.e. se justifican en el aprovechamiento pesquero que se hacía de los túnidos en Canarias. Estos se procesaban y se exportaban salados o se utilizaban para fabricar garum.



Intensificación del mercado La explotación de los túnidos en Canarias se abandonó muchos siglos y volvió a ser intensa sobre el año 1.800 donde se comienzan de nuevo a capturar en abundancia creándose en las Islas varias empresas conserveras que exportaban sus productos al mercado español y portugués. Las conserveras fueron rentables hasta los años 80 del siglo pasado en los que el incremento de los costes de producción y la pérdida de caladeros obligó al cierre de la mayoría de ellas. En la actualidad en Tenerife existen cuatro grandes empresas exportadores de túnidos que suministran en fresco para el consumo inmediato y congelado para las empresas conserveras de diferentes lugares de Europa.

Presentes de los túnidos Este pescado azul sigue rondando las costas de nuestro archipiélago a su antojo y aunque los métodos de pesca siguen siendo tradicionales, los procesos de preservación han avanzado. Llegando a contar con sistemas de ultracongelación, que consigue llegar a temperaturas tan bajas (-60° C) que la cristalización del congelado es tan pequeña que no rompe las membranas celulares, manteniéndolo hidratado y por consiguiente preservando los valores organolépticos del producto. De esta manera se refuerzan las posibilidades de comercialización tanto para la exportación como para el consumo de los habitantes de las islas.



PESCA

Pesca Artesanal En Canarias está absolutamente prohibida la utilización de redes de cerco para la captura de túnidos. La única forma de pesca legal es la utilización de caña con un anzuelo, para especies de pequeño y mediano tamaño, o una línea, o liña, de mano con un anzuelo para ejemplares grandes. En ambos casos se utiliza carnada viva para atraer y capturar a las diferentes especies de túnidos y chorros, chingos, de agua para distorsionar la superficie marina y facilitar la captura de los peces. Este sistema de pesca, un anzuelo por cada atún garantiza un arte de pesca muy selectivo que no captura, a diferencia de las grandes redes de cerco, especies accesorias como tiburones, tortugas o mamíferos marinos ni tampoco peces por debajo de su talla mínima de captura. En la actualidad se están implantando sistemas para mejorar los métodos de sacrificio y de inmediata conservación incorporando aturridores eléctricos, el método Ikejime y desangrado y enfriado inmediato.

Los Pescadores Este tipo de pesca artesanal hace que el trabajo de los pescadores sea duro e incierto. Pueden transcurrir días sin avistar túnidos o, por el contrario, que otro día descubran toneladas. Los pescadores navegan en busca de cardúmenes en embarcaciones de unos 16 metros de eslora. Por otro lado, hay que tener en cuenta la existencia de un sistema de cuotas y vedas temporales para algunas especies que se encontraban en situación de sobreexplotación pesquera. Estos sistemas han permitido la recuperación de estas especies y una explotación sostenible de los recursos. Las descargas de túnidos en Canarias son muy variables según los años, esto se debe a las diferentes condiciones ambientales que condicionan las migraciones de las diferentes especies que nos visitan. La producción media de los últimos años ronda las 8.000 toneladas, pero existe una gran fluctuación anual existiendo años con capturas de más de 23.000 toneladas y años en los que apenas se capturan 1.500 toneladas.

MEDIA ANUAL APROXIMADA

8K toneladas

Capturas anuales de
túnidos en Canarias

15K- 23K
toneladas aprox.





Proyecto piloto ecotúnicos artesanales

Proyecto apoyado (financieramente) por el Cabildo de Tenerife, desde el año 2017, las Universidades Canarias, en coordinación con otras instituciones de Madeira y Cabo Verde, trabajan en el proyecto Macarofood (<http://macarofood.org>). El objetivo principal de este proyecto europeo es poner en valor los productos de la pesca artesanal de la Macaronesia, capacitando a los diferentes agentes de las cadenas comerciales y creando alianzas duraderas entre:

- Organizaciones de pescadores
- Comunidad educativa
- Hostelería
- Restauración
- Consumo local

Entre los logros de este proyecto destacamos la incorporación de productos pesqueros locales, básicamente lomos de bonito o de tuna, a los menús de 12 colegios de la isla de Tenerife que han cambiado el uso de pescado congelado, importado de diferentes lugares del mundo, por consumir productos pesqueros locales, mucho más frescos, saludables y con un precio, en ocasiones, inferior al pescado de importación.

CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES

Localización

Canarias es un lugar privilegiado para la captura de túnidos en comparación con otros lugares de España o del resto del mundo y esto se debe a que las flotas locales, generalmente, no tienen que alejarse muchas millas para encontrar enormes cardúmenes de diferentes túnidos, según la época del año.

Producto exclusivo

En Canarias la presencia de las cinco diferentes especies en nuestras costas se va solapando lo largo de año, lo que permite mantener el suministro al mercado nacional prácticamente toda la temporada. Además, al pasar las migraciones antes por Canarias que por el territorio peninsular se puede ofrecer como un producto exclusivo fuera de temporada en el resto de España.

Los pescados azules forman un grupo de especies de peces que nadan continuamente en el mar. Esta movilidad hace que las grasas que acumulan en su cuerpo sean diferentes a las de otras especies con una movilidad más reducida. En este caso la grasa que se acumula es rica en ácidos grasos polinsaturados Omega 3. Este ácido, que solamente se obtiene por su incorporación en la dieta, favorece la regulación del colesterol en nuestra sangre y, por la tanto, mejora nuestra salud cardiovascular.

Las vitaminas que más destacan son las vitaminas A y D, que está en las zonas más grasas como el hígado o los músculos de estos pescados. A su vez contiene un alto porcentaje de proteínas y presenta minerales como yodo, magnesio, hierro, fósforo y calcio que aportan salud de nuestros huesos y al riego sanguíneo.

VALORES NUTRICIONALES

	Bonito <i>Katsuwonus Pelamis</i>	Tuna <i>Thunnus Obesus</i>	Barrilote <i>Thunnus Alalunga</i>	Rabil <i>Thunnus Albacares</i>	Patudo <i>Thunnus Thynnus</i>
Kilocalorías	132	200	103	109	226
Grasa total	0,97 gr	2,02 gr	1,01 gr	3,74 gr	15 gr
Proteínas	23,58 gr	22,90 gr	22,00 gr	22,23 gr	23,30 gr

BENEFICIOS FUNCIONALES



El consumo del pescado azul ayuda a revenir enfermedades cardiovasculares y reduce el colesterol malo.



Contribuye al mantenimiento de la estructura ósea y otras actividades fisiológicas gracias a sus propiedades nutricionales y a sus vitaminas A, E y D



Ayuda a prevenir el cáncer por sus niveles de vitamina D.

EL PATUDO: EL REY DE LOS ATUNES

Entre las numerosas especies que surcan nuestras aguas, destaca por su indudable valor gastronómico, el patudo o atún rojo. Excelente fuente de proteínas, vitaminas y Omega 3, nuestro *Thunnus thynnus* es mundialmente apreciado por su carne firme y una mayor presencia de grasa uniformemente distribuida, lo que le confieren su característico sabor y textura.

El atún es capturado de forma artesanal por nuestra flota desde el siglo XIX, siendo los pescadores canarios pioneros en capturar grandes ejemplares con anzuelo uno a uno y de forma artesanal totalmente sostenible. Los túnidos se encuentran en aguas muy próximas a nuestro litoral atlántico, lo que nos permite consumirlo fresco, y ser los primeros en Europa en exportarlo ultracongelado, conservando todas sus propiedades y sabor.

¿Sabías que?

- Canarias tiene una cuota anual de 537,69 toneladas de patudo (7,925% de la cuota nacional).
- La longitud máxima registrada es de 360 cm y el peso máximo registrado es de 679 kg.
- Nada a una velocidad media de 6 km/h pero cazando puede alcanzar los 40 km/h.
- Se alimenta de todo lo que encuentre a su paso, incluyendo atunes más pequeños.
- El Patudo pasa su vida migrando entre el Mar Mediterráneo y el Golfo de México.

Rico en minerales, vitaminas A, E y D, asociada con la prevención del cáncer, y ácidos grasos Omega 3, que reduce el colesterol malo y previene enfermedades cardiovasculares. Las múltiples oportunidades gastronómicas de nuestro atún rojo lo convierten en uno de nuestros productos atlánticos con categoría "gourmet" y, sin duda, en el REY DE LOS ATUNES.

COCHINO NEGRO



RAZA

El Cochino Negro Canario es la única raza porcina autóctona de las Islas Canarias. Se trata de un animal rústico, de carácter dócil y bien adaptado a las condiciones ambientales de las islas. Antaño estaba muy presente en zonas rurales donde tenía un papel fundamental como reciclador natural de la casa. Se trata de animales de capa negra, con abundantes cerdas (pelos), de perfil ultra cóncavo, con orejas caídas grandes y orientadas hacia el hocico. Posee patas finas y cortas, dorso alargado y tórax poco pronunciado.



ORIGEN

El Cochino Negro Canario procede de los animales traídos a Canarias por los primeros pobladores llegados desde el Norte de África que arribaron a las islas en distintas oleadas desde hace alrededor de 2.500 años. Así se confirma tras el estudio de los restos encontrados en yacimientos arqueológicos del archipiélago. Procederían por tanto de razas porcinas actualmente extintas en el norte de África, lo que refuerza aún más su singularidad genética. Asimismo, cronistas de la conquista de las islas por los españoles atestiguan la presencia de cochinos en las mismas en el siglo XIV.

Tras el descubrimiento de América, Canarias se convirtió en escala obligada para los barcos españoles que viajaban hacia las Indias. El Archipiélago era lugar de aprovisionamiento de los navíos, donde se hacía acopio de víveres y animales vivos para llevar al nuevo continente. De esta forma, animales domésticos de razas existentes en aquellos momentos en las Islas fueron llevados hasta el Nuevo Mundo, siendo precursores de algunas de las razas criollas americanas actuales.

El Cochino Negro Canario pasó por una etapa crítica con la modernización de la porcicultura a mitad del siglo XX, que

trajo consigo la introducción de cerdos de razas híbridas comerciales de capa blanca, animales seleccionados con una elevada prolificidad, con un rápido crecimiento y una carne más magra. Ello hizo que los cochinos autóctonos casi desaparecieran en las islas, de no haber sido por algunos ganaderos, generalmente emplazados en zonas más apartadas de la orografía insular, que siguieron criando algunos de estos animales. El Cochino Negro Canario fue incluido en el Catálogo Oficial de Razas de Ganado de España en 1997 con la categoría de Protección Especial debido a su bajo número de efectivos.

El Cabildo Insular de Tenerife, recuperando algunos de estos animales que quedaban en las islas, puso en marcha un núcleo de cría en la Finca El Helecho (Arico), para, juntamente con algunos ganaderos que apostaron por estos animales, impulsar acciones para la conservación de la raza. Más recientemente ha sido fundamental la labor de la Asociación de Criadores de Cochino Negro Canario gestionando también el Libro Genealógico de la raza.

El programa de recuperación y fomento de esta raza por el Cabildo Insular de Tenerife incluye un programa de cría dirigida para evitar incremento de la consanguinidad entre los animales. A través del mismo se les facilitan animales reproductores a los ganaderos de la isla para fomentar su cría. Paralelamente se realizan distintas acciones para dar a conocer los productos procedentes del Cochino Negro Canario organizando campañas publicitarias, jornadas gastronómicas, muestras de degustación y catas, todo ello dirigido tanto a profesionales como al público en general. De esta manera, gracias al respaldo institucional, actualmente el Cochino Negro Canario representa el 17 % de los reproductores de ganado porcino presentes en la isla de Tenerife. El censo actual de reproductores en la isla es de aproximadamente 400 animales.

La carne del Cochino Negro Canario que era muy apreciada antaño ha mantenido su popularidad gracias a sus características singulares y diferenciadoras. Se trata sin duda de un producto Gourmet.





PRODUCCIÓN



La cría

Se realiza en granjas de una forma más tradicional, donde las cochiqueras, denominadas GOROS, tienen normalmente acceso a un patio exterior, donde el animal puede hojar y desarrollar su comportamiento más libremente; otorgándole un mayor espacio para caminar y moverse al aire libre, lo que le confiere también mayor calidad a su carne.



Alimentación

A diferencia de las granjas de cerdos blancos de razas híbridas, donde los animales son alimentados con piensos comerciales exclusivamente, las granjas de Cochino Negro Canario utilizan normalmente una combinación de piensos y subproductos agrícolas (restos hortícolas, frutas que ha perdido su valor comercial, etc.) y con suero de quesería, lo cual repercute en el sabor diferenciado de su carne.



Crecimiento

Los animales tienen un proceso de crecimiento más lento. La edad de sacrificio es de unos nueve meses con un peso vivo de 80-90 kg. Los animales reproductores pueden llegar a pesar de promedio 150-170 kg.

CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES

LONGEVIDAD

La vida media de estos animales es de 8-9 años.

MORFOLOGÍA

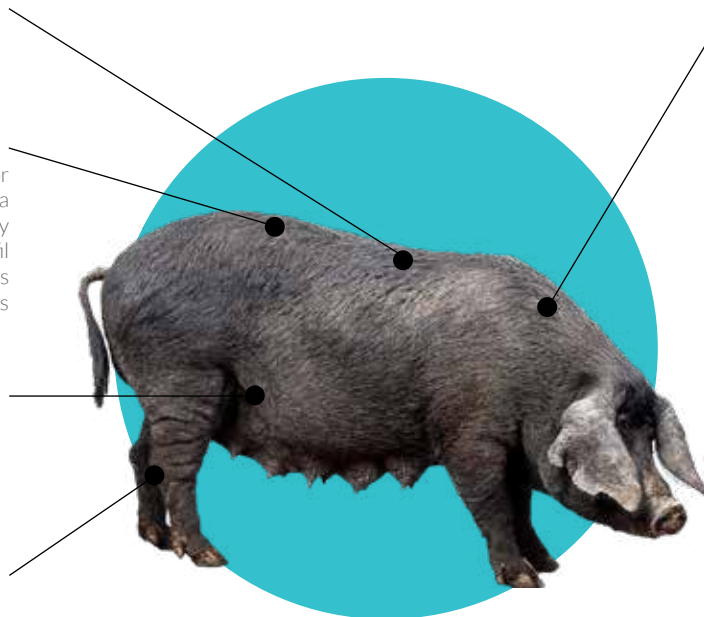
Es un animal que se caracteriza por su capa de color negro, presenta arrugas y pliegues en la piel y numerosas cerdas (pelos). El perfil de su cabeza es ultracónico y sus orejas son muy largas orientadas hacia el hocico.

MOVILIDAD

Los animales adultos se guían principalmente por el olfato, ya que las arrugas de la piel junto a los ojos les dificultan enormemente la visión.

CRECIMIENTO

Tienen un proceso de crecimiento más lento que el de los cerdos selectos de capa blanca. Pueden alcanzar un peso vivo de 140-160 kg en un periodo de 18 meses.



ENGASAMIENTO

Son animales que tienden a engrasarse más que los cerdos comerciales de razas blancas híbridas, dado que se trata de animales que no han sufrido ninguna selección para adaptarse a las demandas actuales del mercado. Hasta mediados del siglo pasado el tocino era un bien muy preciado para la conservación de la propia carne, la elaboración de productos cárnicos o para su uso en la cocina para freír y rehogar alimentos.

- Dentro de sus cualidades podemos destacar que en Canarias ya es considerado un producto Gourmet, es decir, que ofrece unas propiedades que sobresalen del resto haciendo al producto alcanzar unas tasas de precio y demanda elevadas. A día de hoy la demanda es más alta que la producción.
- Debido a la capacidad de infiltrar algo de grasa a nivel intramuscular resulta un producto más jugoso y sabroso que los productos obtenidos de razas porcinas más magras.

SABOR AUTÉNTICO: *La Historia del Cochino Negro de Tenerife*

Antepasados del Cochino Negro Canario actual provenientes del Noroeste de África ya existían en nuestras islas desde hace 2.500 años. La posterior mezcla genética con otros animales traídos desde la Península Ibérica y Europa dio como fruto un cochino con genuino origen Atlántico. Una raza autóctona que escapó a su desaparición a mitad del siglo pasado gracias a que siguió criándose de forma tradicional en lugares apartados por la escarpada orografía de nuestras islas.

Es un animal criado de forma más extensiva, generalmente tiene acceso a patios al aire libre, en su alimentación se aprovecha subproductos de origen vegetal y suero de quesería, lo que le confiere a su carne una calidad y sabor muy apreciado.

Recientemente el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación ha concedido a la Asociación de criadores la autorización del uso del logotipo "100 % raza autóctona-cochino negro canario", teniendo los productos derivados del cochino negro canario una identificación específica verificada, de forma que se garantiza a consumidores, comercios y restauración la procedencia de estos productos.





RAZAS GANADERAS

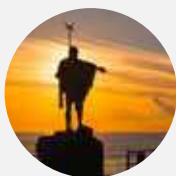
La principal raza ganadera productora de la leche con la que se elaboran los quesos de Tenerife es la cabra tinerfeña. Se trata de una raza autóctona en peligro de extinción, de excelente producción lechera en calidad y cantidad, contando con un censo aproximado de 30.000 animales, localizados mayoritariamente en la isla de Tenerife y un pequeño porcentaje en el resto de Canarias.

Es de destacar que esta raza incluye dos ecotipos o variedades bien diferenciadas, la norte y la sur. La variedad norte, adaptada a condiciones de humedad y frío, se caracteriza por el color negro o castaño, pelo largo, orejas largas, extremidades cortas y cuerpo largo. La variedad sur, adaptada a condiciones de aridez, con pelo corto, de varios colores, orejas de tamaño medio, y cuerpo más pequeño que la variedad norte. Ambas presentan cuernos tipo Prisca.

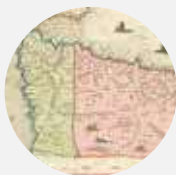
Algunas ganaderías también cuentan con ejemplares de otras razas caprinas autóctonas de Canarias, principalmente la cabra majorera, y en menor medida la cabra palmera. También existen en la isla explotaciones de ganado vacuno, siendo la leche de vaca utilizada minoritariamente para la elaboración de queso de mezcla (de cabra y vaca) en queserías industriales.



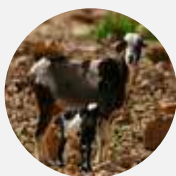
ORIGEN



Origen La actividad ganadera caprina en Canarias está registrada desde la época aborígen y se asentó en las islas. Se cree que las cabras fueron traídas por distintas etnias amazigh (bereberes) llegadas del norte del continente africano desde hace 2500 años. Debido a las características peculiares de cada isla, las cabras fueron adaptándose al medio insular, aprovechando en cada caso los recursos disponibles, lo que propició la aparición de grupos de animales diferenciados que conforman las actuales razas canarias de cabras.



Evolución Los estudios de ADN confirman que las cabras del archipiélago están emparentadas con las existentes en el norte de África. Inicialmente las cabras se cree que llegaron en distintas oleadas, al igual que los pobladores de las islas, habiendo estado presentes en las islas desde aproximadamente el año 500 a.C.



Presente Lo que en la actualidad conocemos como cabras de razas canarias es el resultado de las cabras de los habitantes prehispánicos, con alguna influencia de cabras traídas a las islas con posterioridad a la conquista. Así en la actualidad encontramos las siguientes razas autóctonas, todas en peligro de extinción:

Tinerfeña (Ecotipos Norte y Sur) • Palmera • Majorera





GANADERÍA

Tradiciones

Existen aún muchas ganaderías que ejercen el pastoreo de forma continua, manteniendo en cierta medida la manera ancestral de cuidar a las cabras. De esta forma, las cabras obtienen una parte significativa de su alimentación de la vegetación silvestre mientras recorren el abrupto paisaje insular.

Alimentación

Además de las hierbas y plantas que encuentran las cabras en sus recorridos rutinarios durante el pastoreo, los ganaderos suplementan o basan, en el caso de la ganadería intensiva, su alimentación con concentrados de granos, heno, alfalfa y otros productos forrajeros.

Producción

Las cabras se ordeñan una vez al día. La duración de la lactación es de 7-8 meses con una producción media de 400 litros/ cabra.

En las queserías artesanales se elaboran los quesos con leche cruda procedente de su propio ganado. Se trata de pequeñas empresas familiares, vinculadas al territorio y que siguen utilizando métodos de elaboración tradicionales. Tienen una producción media de 6-15 kg de queso/ día.

Las queserías industriales usan leche pasteurizada procedente de ganaderías cercanas para la elaboración. Tienen una producción de hasta 500-1.500 kg queso/ día.

Las queserías en Tenerife también producen otros tipos de productos lácteos con leche de cabra, como son el requesón, la mantequilla, el yogurt, e incluso helados para asistencia a ferias y eventos.



CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES



Principales características

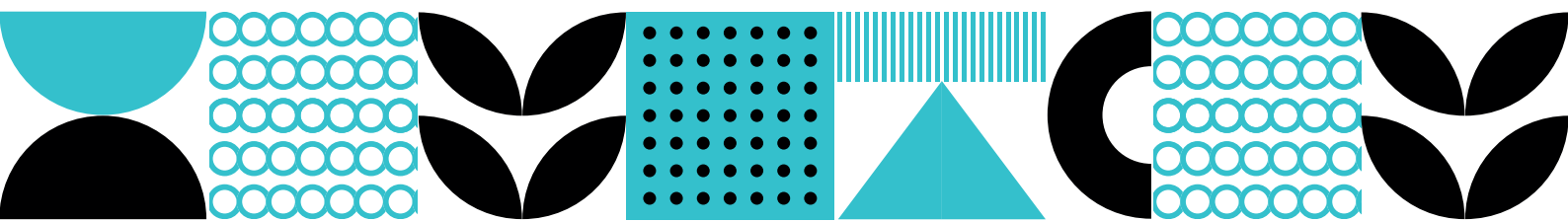
Los quesos de Tenerife se caracterizan por ser fundamentalmente de leche de cabra tinerfeña, y ser comercializados principalmente como quesos frescos. Son quesos de coagulación enzimática y pasta prensada, destacando su contenido en proteínas y grasas fácilmente digeribles, con presencia significativa de grasas insaturadas, conformando un producto saludable, de calidad, y con seña de identidad propia.

Pueden ser de leche cruda o de leche pasteurizada, procediendo de queserías artesanales, contando la isla con 61 queserías de este tipo, o industriales (3 industrias queseras), respectivamente.

Los quesos que se maduran (semicurados, curados, viejos o añejos) pueden presentar cortezas tratadas con pimentón o con gofio, siendo característicos también en Tenerife los quesos ahumados.

El queso de cabra es un alimento con un alto contenido en proteínas y calcio. De hecho, aporta más proteínas y calcio que, por ejemplo, los quesos de vaca.

Estos aportes hacen del queso de cabra un alimento que ayuda a la prevención de la osteoporosis, la anemia, y la presión arterial. Para los más pequeños, es un saludable complemento a su alimentación, ayudándoles a crecer fuertes y a desarrollar su sistema nervioso. Su alto contenido en probióticos mejora la flora intestinal y el sistema inmunológico y aumentan la capacidad de absorción del calcio y sintetización de la vitamina B.





Valores nutricionales

Calorías: 364 gr
Proteínas: 22 gr (Alto contenido)
Grasas: 30 gr
Hidratos de carbono: 0,1 gr
Colesterol: 79 mg
Sodio: 515 mg
Potasio: 158 mg
Calcio: 298 mg (Alto contenido)
Vitaminas: A, B y D



BENEFICIOS



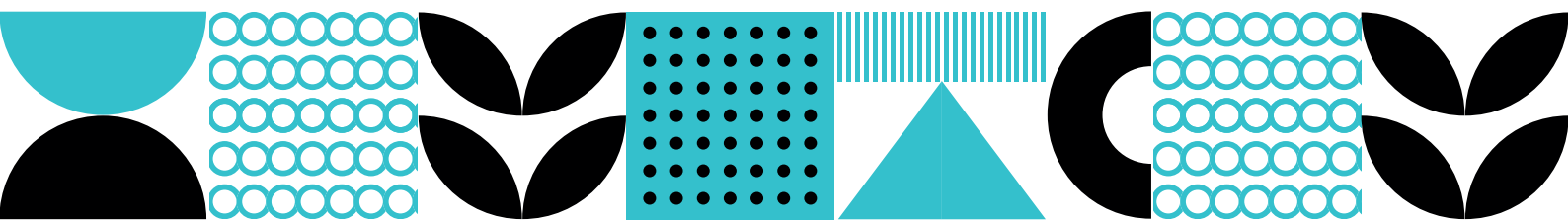
Los quesos son alimentos ricos en proteínas de alto valor biológico (caseínas del queso), por lo que nos ayudan a formar, reparar y mantener los tejidos del cuerpo.



El queso es un alimento rico en vitaminas A, D y E, vitaminas que ayudan al cuerpo a absorber el calcio y a mantener los huesos y los dientes sanos.



El queso también es rico en vitaminas del grupo B, entre las que destaca la vitamina B12, la B9 (ácido fólico), la B1 (tiamina) o la B2 (riboflavina).



EL QUESO: INGREDIENTE TRADICIONAL DE LA GASTRONOMÍA DE TENERIFE

La tradición quesera que aún perdura en las zonas rurales de Tenerife se comprende por el gran aprecio que el tinerfeño tiene por los quesos de su tierra, entre los que predomina el queso de cabra o mezclado de cabra y oveja, de mayor untuosidad. Se consumen especialmente los quesos frescos y blancos, pero también curados, elaborados en muchas ocasiones de manera artesanal. Cabe destacar que Canarias es la comunidad autónoma española con mayor consumo de queso por habitante y año, con unas cifras que oscilan entre los 14 y 16 kilos de queso consumidos anualmente por persona. Estos datos, unidos a la importancia de las queserías en el sector ganadero, se traducen en un gran aprecio y mimo en Tenerife por este producto de marcada elaboración local. La normativa europea y el estricto control bajo los que se producen los quesos en Tenerife garantizan su calidad.

La popularidad del queso en la gastronomía tinerfeña llega hasta el punto de que se convierte, junto a las papas y el mojo, en el elemento clave en los platos más contemporáneos inspirados en la cocina canaria, que fusionan estos ingredientes con nuevos métodos de preparación y aderezos. El queso fresco, con su agradable sabor con aroma a leche fresca y un toque salado, es el de mayor consumo. Otros, con mayor personalidad, son los quesos ahumados o curados, especialmente aquellos que son untados externamente con productos como el pimentón o el gofio. Los quesos frescos pero ahumados con maderas o cáscaras de almendras también son muy apreciados por el consumidor local. Se consumen como aperitivo o acompañando a potajes, pero también asado y acompañado con mojo o miel.



VARIEDADES

El plátano canario pertenece al grupo Cavendish variedad "Pequeña Enana".



SELECCIONES LOCALES

- Gruesa palmera
- Brier
- Palmerita
- Criolla o del País
- Gran Enana

Estas selecciones poseen unas características comunes dentro de la variedad Pequeña Enana: piel amarilla con zonas verdes y pintas marrones al madurar, siendo la pulpa compacta pero no dura en su maduración, con un sabor dulce, intenso y aromático.



ORIGEN

Hay varias teorías sobre el origen del plátano en Canarias:

Una señala que la llegada del plátano a Canarias fue gracias a que los árabes traen la planta a España, y que posteriormente de camino a América los barcos que hacen escala en las Islas Canarias dejan material vegetal, y los isleños lo siembran y cultivan.



Otra asegura que el plátano llegó a Canarias procedente de Guinea Ecuatorial, introducido por los expedicionarios portugueses.

Se sabe a ciencia cierta que a comienzos del siglo XV se introdujeron las primeras plataneras a las Islas Canarias procedentes del sudeste asiático. En 1526 la planta ya estaba aclimatada y era cultivada en las islas, pues los marinos cargaban plátanos verdes en sus barcos para alimentarse en sus viajes hacia América.

Asentamiento

Al poco de aparecer, los plátanos se extienden rápidamente por las islas y son muy apreciados por sus habitantes. También empiezan a ser conocidos por los viajeros ingleses, que los adquieren en sus escalas de regreso al Reino Unido. Esto hace que en la década de 1880 los ingleses fomenten su cultivo, exportando la fruta a las islas británicas. La importancia del comercio entre Inglaterra y Canarias fue tal, que a las orillas del Támesis se llegó a tener una zona llamada Canary Wharf (Muelle Canario) que debe su nombre a la concurrida ruta marítima entre Canarias y Gran Bretaña que transportaba esta fruta tan preciada.

Actualidad

Desde el comienzo del siglo XX, el cultivo del plátano en las Islas Canarias ha aumentado hasta las 9000 hectáreas actuales. Los plátanos de Canarias son muy populares y hoy llegan con regularidad a las mesas de millones de hogares.



Actualmente, el plátano de Canarias se produce en seis islas.

Tenerife es la principal isla productora

MEDIA DE PRODUCCIÓN ANUAL

375 millones de Kgs.



CULTIVO

Las Plantaciones En las fincas el trabajo es muy tradicional, aunque se ha mejorado notablemente en asesoramiento técnico, y en los sistemas de manejo y de riego. El plátano da trabajo a más de 35000 personas de las Islas, entre empleos directos e indirectos, en todas las fases de su producción, empaquetado y distribución. Cosechando en la actualidad 375000 t/año.



◀ **La Platanera** Es una planta herbácea de gran talla, que produce un único racimo y que, una vez el racimo es recogido, la planta madre desaparece. Esta planta, a su vez hace de madre de la siguiente generación y asegura su sucesión desarrollando nuevos tallos a su lado, conocidos como “retoños” o “hijos”. El racimo cuando ha llegado a su tamaño adulto se suele abrigar con plástico para acelerar el proceso de maduración, ofreciendo un producto “ready to eat” al consumidor.

Producción Económica El promedio anual de empleos a tiempo completo en el cultivo y empaquetado de plátanos durante los últimos cuatro años es de 7.500. Esta cifra representa 1% del total de empleo registrado en Canarias, siendo el coste de la mano de obra por hectárea en cultivo y empaquetado en torno a 16.500 euros/ha. La masa salarial generada por el cultivo de plátano superaría los 150 millones de euros anuales.

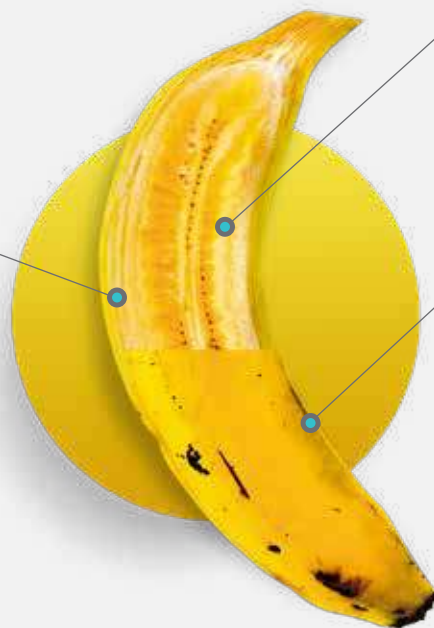


CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES



COMPOSICIÓN

Presentan un gusto muy característico a causa de su alto nivel de azúcares y a la baja cantidad de almidón, incrementando su dulzor. Además, presenta un mayor contenido en potasio y fósforo, y una menor cantidad de sodio y calcio con relación al plátano de otros orígenes.



TAMAÑO

En cuanto al calibrado, se establecen unos valores mínimos de longitud del fruto y grosor, 14 cm y 2,7 cm respectivamente.



INDICACIÓN GEOGRÁFICA PROTEGIDA

Plátano de Canarias es sinónimo de una calidad y reputación suprema, resultado de una combinación de factores históricos, naturales y humanos. Este sello de calidad constituye un apoyo al plátano canario favoreciendo su diferenciación, garantizando las características propias del producto, la trazabilidad para el consumidor.

Una de las principales aportaciones del plátano a nuestro **organismo** es su riqueza en hidratos de carbono y especialmente azúcares en su punto óptimo de maduración. Es una fuente de energía rápida, no obstante, pese al pensamiento común, el plátano no engorda; la presencia de grasas es mínima.

De hecho, es un gran complemento para deportistas permitiéndoles recuperar nutrientes rápidamente tras periodos de alto rendimiento.

Por otro lado, las cantidades de fibra que posee ayuda a combatir el estreñimiento y regula el tránsito intestinal. Además, es rico en potasio, que ayuda a mantener correctamente el funcionamiento del sistema nervioso y regula la presión arterial.

A esto, le añadimos los antioxidantes que se encuentran en las vitaminas C y E, lo hacen un alimento protector del corazón y la combinación de ambos (antioxidantes y fibra) ayudan a prevenir distintos tipos de cánceres.

Valores nutricionales

Calorías: 94 kcal

Proteínas: 1,2 gr

Grasas: 0,3 gr

Hidratos de carbono: 20 gr

Fibra: 3,4 gr

Hierro: 0,6 gr

Magnesio: 38 mg

Potasio: 350 mg

Fósforo: 28 mg

BENEFICIOS FUNCIONALES

El plátano ayuda a la salud intestinal y a la regulación de la absorción de varios nutrientes.



La vitamina B6 favorece al funcionamiento normal del sistema nervioso, inmunitario y de la función psicológica.



Al ser rico en fósforo, ayuda en la capacidad de concentración.



Previene los calambres musculares y mantiene el buen funcionamiento muscular. Proporciona energía para la práctica deportiva y repara el cansancio por su contenido en vitamina B6, reduciendo la fatiga.



El plátano contiene un aminoácido esencial llamado triptófano, cuya función es la de generar serotonina, ayudando a mejorar el estado de ánimo y a combatir la depresión.

NUESTRO PLÁTANO

Uno de nuestros productos más reconocidos internacionalmente, se caracteriza por un tamaño mediano, su piel de color amarillo y verde, pero, sobre todo, por sus reconocibles “pintas” marrones al madurar y su singular sabor dulce.

Nuestro plátano es un alimento apto para las dietas de adelgazamiento por su efecto saciante y el aporte de nutrientes, e ideal para los deportistas gracias al potasio, que mantiene el buen funcionamiento muscular y nos proporciona energía. Su contenido en vitamina B6 repara el cansancio, favorece nuestro sistema nervioso, el inmunitario y la función neurológica. Además, contiene fósforo que refuerza nuestra capacidad de concentración, manganeso, y triptófano. El plátano puede influir de manera positiva en nuestro estado de ánimo ya que ayuda a nuestro cuerpo producir serotonina, la llamada hormona de la felicidad.

Cultivado tradicionalmente, nuestro popular plátano es fruto del encuentro entre continentes, y la diferenciación que le da nuestro suelo volcánico y clima atlántico.

AGUACATE DE TENERIFE



VARIEDADES

Cuenta con variedades Hass y la Fuerte, o algunas obtenidas en Tenerife como el Orotava. El aguacate de Tenerife ha experimentado un rápido crecimiento de consumo en las últimas décadas por su exquisito sabor.

"El aguacate que se cultiva en la isla de Tenerife, a su vez, tiene variedad de zonas climáticas para su óptimo cultivo, pudiéndose cultivar entre la costa y los 800 metros sobre el nivel del mar".



HASS

Es la principal variedad producida, debido a su sabor a frutos secos (nueces, almendras) y a un alto porcentaje de materia seca (24-31%) que varía dependiendo de la época de recolección. Cuando su piel se vuelve oscura, indica que tiene la madurez de consumo.



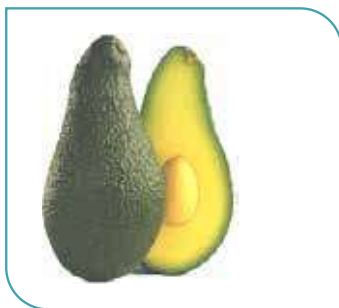
FUERTE

Su producción permite ocupar los meses de otoño en el mercado canario. Con una pulpa cremosa, buen sabor, piel lisa y fina que no cambia de color al madurar.



REED

Una variedad de árbol de porte pequeño, con frutos de gran tamaño y piel rugosa que no cambia de color al madurar y tiene un periodo corto de recolección en los meses de verano.



PINKERTON

Un aguacate con forma de pera, hueso pequeño y de gran sabor. Su peso varía de 200 a 500 gr. De piel verde, rugosa. No cambia de color al madurar y su pulpa es cremosa de color verde pálido. Meses de recolección: entre diciembre y marzo



ORIGEN



Origen

Los primeros datos se remontan a los viajes de Cristóbal Colón en el descubrimiento de América, siendo plantados los primeros ejemplares en el Jardín Botánico de Valencia.

En las Islas Canarias, fue introducido a mediados del siglo XVIII, teniendo un peso importante en la alimentación de los isleños.



Comercialización

En el siglo XX empieza su comercialización a nivel nacional.

El consumo en Canarias es de 4 kg per cápita, algo bastante más elevado que Europa, donde se consume menos de 2 kg.



Presente

En la actualidad se ha convertido en un producto que no para de crecer en demanda y es el alimento más compartido en Instagram, una red social que cuenta con más de 1000 millones de usuarios activos mensualmente.

CULTIVO

Evolución del cultivo

El cultivo del aguacate ha evolucionado desde ser un cultivo llamado "árbol vago" (debido a la poca necesidad de cuidados que requería para su floración y recolección). Hasta en la actualidad donde su cultivo ha evolucionado y se ha tecnificado, aunque no ha desaparecido la tradición de plantaciones en los bordes de otras plantaciones, en las medianías y costas del norte de Tenerife.

Hay dos innovaciones importantes que se han introducido en los últimos tiempos: el riego localizado y la poda. El aguacate es un cultivo de regadío. De hecho, antiguamente se inundaban los campos con agua para obtenerlo, o más recientemente mediante aspersores. Este problema se ha resuelto en la actualidad con el riego por goteo.

Otra innovación ha sido la introducción de la poda del aguacatero para acceder con facilidad al fruto, y mantener un árbol equilibrado. Tradicionalmente no se hacía y se utilizaban grandes escaleras para recolectar los frutos, algo que evidentemente dificultaba la producción. Estos dos factores determinan cerca del 90% de los gastos en mano de obra y agua.



Zona de cultivo: entre la costa y los 800 metros de altura sobre el nivel del mar, y dependiendo de la vertiente de la isla. Tenerife presenta una abrupta orografía, por lo que el aguacatero se puede cultivar en diversas zonas climáticas y alturas.

Producción

Con una experiencia de más de tres décadas de cultivo a sus espaldas, la producción del aguacate para la comercialización sigue este ciclo:

- 1 Una empaquetadora, dotada de tecnología avanzada para mecanizar el trabajo pesado de la cadena de empaquetado y así dejar a los profesionales los procesos más delicados, como los de la selección y categorización.
- 2 Cámaras de maduración que permiten ofrecer un producto "ready to eat" (listo para comer).
- 3 Se experimenta con nuevas variedades para poder suplir los vacíos que deja la variedad reina: la Hass.



El futuro es verde

La creciente demanda del aguacate hace que Tenerife, debido a su cercanía al continente europeo, permita enviar el fruto más fresco y con mejor maduración, haciendo así que el aguacate de la isla sea mucho más atractivo que los de otras zonas de cultivo del mundo.

Tenerife es un emplazamiento clave para la producción de aguacates de calidad dentro del mercado nacional y europeo.



Datos de interés

El consumo interior de aguacate en las islas es muy elevado y supone el 70% de nuestro mercado.

Tras realizar una labor de campo importante en los últimos años, se ha conseguido aumentar la superficie de aguacate en Canarias en más de un 50%, y con ello un aumento en su volumen de producción. Esto ha vuelto a poner la producción del aguacate de la isla en el mapa del mercado nacional e internacional.

El mercado interno

Los numerosos estudios realizados sobre la calidad y las propiedades que tiene el aguacate de Tenerife hace que la demanda aumente considerablemente.

El mercado exterior

Actualmente, la demanda de aguacate a nivel mundial es mayor que la oferta. Los principales países o regiones consumidores son Méjico, donde su consumo está en torno a los 10 kg por persona y año, Chile, Perú e Israel.

CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES

Los aguacates son muy nutritivos, ya que contienen una amplia variedad de nutrientes, entre los que se incluyen 20 vitaminas y minerales.

El potasio es un nutriente que no solemos consumir en cantidades suficientes y es un nutriente que, entre otras cualidades, ayuda a mantener el gradiente eléctrico de las células del cuerpo. El aguacate aporta incluso más potasio que el afamado plátano.

Otro factor determinante es su tipo de grasa, que en su gran mayoría es ácido oleico, ácido graso monoinsaturado conocido mundialmente por ser un componente principal en el aceite de oliva virgen extra, y responsable de parte de sus efectos beneficiosos.

Valores nutricionales

Vitaminas:

K (26% ddr*), C (17% ddr*), B (14% ddr*), B6 (13% ddr*)
E (10% ddr*), A, B1 (tiamina), B2 (riboflavina) y B3 (niacina).

Ácido Fólico:

20% de la dosis diaria recomendada.

Glutatión

Grasas monoinsaturadas

Beta-sitosterol

Minerales:

Magnesio, Manganeseo, Cobre, Hierro, Zinc, Fósforo y Potasio

Luteína carotenoide

Fitonutrientes (polifenoles flavonoides).

*ddr - dosis diaria recomendada

BENEFICIOS

El aguacate es una rica fuente de potasio que contribuye a la transmisión y la generación del impulso nervioso, así como para la regulación de la actividad muscular.

También es rico en magnesio, mineral fundamental para la buena salud de nuestros huesos y un adecuado funcionamiento de los intestinos.



En cuanto a las vitaminas, destacan la B9 (o ácido fólico), necesaria para la formación de proteínas estructurales, que son especialmente importantes durante las primeras fases del embarazo, y la E, esencial en la conservación de los glóbulos rojos, y en la protección frente a las enfermedades cardíacas por sus propiedades antioxidantes.

Si tienes problemas con el colesterol malo (LDL), el aguacate puede resultar un gran aliado para controlar sus niveles ya que tiene un alto contenido en grasas monoinsaturadas.

EL AGUACATE DE TENERIFE: *sabor y salud en cada bocado*

El aguacate de Tenerife ha experimentado un rápido crecimiento en las últimas décadas, diferenciándose del producido en otras localizaciones, por su exquisito y apreciado sabor. Cultivado con dedicación en nuestra tierra volcánica, y favorecido por nuestro clima atlántico, nuestro aguacate disfruta de calidad diferenciada.

Este producto es internacionalmente muy demandado, prueba de este interés es su popularidad en redes sociales, siendo el alimento más compartido, con más de 1000 millones de usuarios activos en Instagram. Rico en vitaminas B6, B9 (ácido fólico), E y grasas monoinsaturadas, es indicado para nuestra salud cardiovascular, reduciendo nuestro colesterol y presión arterial, y regulando nuestro contenido de azúcar en sangre. Fruto de nuestro carácter volcánico-atlántico, el aguacate de Tenerife está llamado a convertirse en uno de nuestros productos agrícolas estrella entre restauradores y consumidores europeos.



MIEL DE TENERIFE



Es la miel producida por las abejas melíferas en la isla de Tenerife, a partir del néctar de las flores o de secreciones de otras partes de las plantas que crecen en los distintos ecosistemas de Tenerife, en colmenas de cuadros móviles y que en su procesado no es sometida a tratamientos térmicos. Se presenta en estado líquido, cremoso o cristalizado, así como en panal, o en trozos de panal.

Se caracteriza por una gran variabilidad de colores, sabores y tipos, reflejo de la variedad de ecosistemas y flora de la isla.

VARIEDADES



La miel de Tenerife puede ser:

Miel multifloral

En ella no hay predominio de las características propias de una especie botánica concreta, sino una mezcla de varias.

Miel monofloral

Existe en ella predominio de las características propias de una especie botánica determinada y posee las cualidades organolépticas, físico-químicas y melisopalinológicas establecidas en el pliego de condiciones de la DOP para cada tipo. Están amparadas las siguientes mieles monoflorales dentro de la DOP Miel de Tenerife: Miel de Retama del Teide, Miel de Tajinaste, Miel de Aguacate, Miel de Castaño, Miel de Brezal, Miel de Relinchón, Miel de Barrilla, Miel de Hinojo, Miel de Poleo, Miel de Agave (Pitera), Miel de Malpica, Miel de Tedera.

Miel de Mielada

Es la miel que procede de las secreciones azucaradas presentes en las partes vivas de las plantas o que se encuentran sobre ellas debido a la acción de insectos chupadores.

ORIGEN



Historia

La Apicultura o arte de criar abejas para aprovechar sus productos, es una actividad ganadera con gran tradición en las Islas Canarias, y concretamente en Tenerife, como lo demuestran las referencias históricas que aluden a dicha actividad.

Tanto la presencia de abejas como el consumo de miel por los aborígenes del Archipiélago, es una cuestión aún muy discutida, pues no es hasta después de la Conquista donde se encuentran las referencias más concretas sobre los aspectos particulares de su vida y costumbres en las diferentes islas. La importancia documental tras la conquista, indica la gran relevancia económica y social que la actividad apícola tenía.

Apicultura

La Apicultura en Tenerife es una actividad de gran tradición, que ha sabido mantener su idiosincrasia a lo largo de los años. Tenerife es la isla del Archipiélago Canario con mayor peso en el sector apícola, aglutinando más del 60 % de apicultores y del número de colmenas del total de Canarias. En la actualidad hay censados en la isla unos 600 apicultores que manejan una media 18.000 colmenas.

La Apicultura que se practica en Tenerife es básicamente artesanal y constituye para muchos de los apicultores un complemento de la renta familiar. La geografía escarpada de la Isla hace difícil el acceso a los colmenares, que normalmente son de pequeña dimensión lo que dota a esta actividad de una especial dificultad y singularidad. Las colmenas empleadas en Tenerife son de alzas, casi en su totalidad de tipo Langstroth o Perfección, quedando de manera testimonial en estas latitudes algunas colmenas tradicionales, denominadas localmente "corchos".



Actualidad

Desde enero de 2014, la Miel de Tenerife cuenta con la protección y garantía que le otorga la Denominación de Origen Protegida (D.O.P.) con validez en todo el territorio comunitario. La Denominación de origen protegida "Miel de Tenerife" avala la frescura de las mieles tinerfeñas, así como su diversidad y especificidad, manifestada en mieles multiflorales y trece variedades de mieles monoflorales, que la han hecho tan popular.

El logotipo de la D.O.P. "Miel de Tenerife" asegura a los consumidores la frescura, calidad y tipicidad de las mieles que lo portan, al haber superado estrictos requisitos en las fases de producción, así como exhaustivos controles de calidad físico-químicos, polínicos y sensoriales.



APICULTURA

Apicultores En la actualidad hay sobre 18.000 colmenas en la isla de Tenerife y más de 600 apicultores, que puedan vivir exclusivamente de la apicultura. La mayoría de los apicultores mantienen esta actividad por tradición y por su pasión por la apicultura, siendo la media de sus explotaciones, entre 15 y 30 colmenas.

El número de abejas que contiene una colmena varía dependiendo de la época del año en que nos encontremos. En invierno, en Tenerife, en una colmena Langstroth o perfección sana, con una buena reina, contiene unas 30.000 abejas. Gracias a las temperaturas de que disponemos en la isla, es raro que nuestras colmenas formen la piña invernal y es normal encontrar que la reina sigue poniendo huevos, teniendo 2 o 3 cuadros de cría en la colmena en estas fechas. En primavera el número de abejas comienza a incrementarse paulatinamente de forma que podemos llegar al verano con 90.000 e incluso 100.000 abejas.

Producción Tradicionalmente las colmenas empleadas estaban hechas de troncos huecos "los corchos" de los cuales solo se podía obtener, como mucho, 7-8 kg de miel. Para obtener la miel de estas colmenas tradicionales, se prensaban manualmente los panales y luego se escurría. Era un proceso muy básico y rudimentario que no siempre jugaban a favor de la calidad de la miel.

En la actualidad, una colmena Langstroth o perfección, la utilizada con mayor frecuencia en Canarias, tiene una media de producción

de 15 kg, según los datos de la Consejería de Agricultura, Ganadería, Pesca y Aguas del Gobierno de Canarias. Un profesional puede llegar a producir hasta 50-60 kg de miel por colmena si las condiciones se lo permiten.

Actualidad En la actualidad, las mieles de Tenerife combinan la conservación de la frescura y las propiedades que la flores y abejas le confieren, con la aplicación de procesos de manipulación acordes a las exigencias más estrictas en higiene y seguridad alimentaria. Los panales que contienen la miel madura son retirados de las colmenas y sometidos, en salas adecuadas a estos fines al proceso de extracción por centrifugación con extractores de acero inoxidable; tras un filtrado para eliminar cualquier resto de cera u otra impureza física, que mantiene inalterado el contenido en polen original del producto, se obtiene una miel limpia, sin tratamiento térmico y preparada para envasar, que mantiene todas las características que les confieren las flores visitadas por las abejas.





CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES

En la isla de Tenerife, debido a su origen volcánico, a su situación geográfica, a su orografía y a sus microclimas, ha dado lugar a la aparición de gran variedad de flora de características singulares y endemismos. Todos estos factores hacen de la Miel de Tenerife un producto diferenciado con características únicas. Es por ello, que la Miel de Tenerife adquirió en 2012 la Denominación de Origen Protegida (DOP) Miel de Tenerife, compuesta por 12 variedades de miel monoflorales, miel multifloral y miel de mielada.

Para acogerse a la DOP Miel de Tenerife, las mieles deben cumplir una serie de características físico-químicas (humedad, actividad de agua, pH...), características melisopanológicas (deben presentar espectros polínicos de polen de especies botánicas presentes en Tenerife) y características organolépticas (deben pasar por un comité de cata que realiza un análisis sensorial).

La Miel es un producto energético (304 Kcal/100g) debido a que tiene un gran aporte en azúcares (hidratos de carbono), siendo el único alimento rico en hidratos de carbono de origen animal. Combina azúcares de absorción rápida (glucosa) con otros de absorción más lenta (fructosa) y son de fácil asimilación ya que ha sido predigerida por las abejas. Posee un bajo nivel de proteínas (0,2-2,6%), derivadas principalmente de los granos de polen que tiene en suspensión y carece de grasas. Minerales y vitaminas en pequeñas proporciones, siendo variable su contenido en K (500 mg/100g) y ausencia de la vitamina B12. Tiene mayor poder edulcorante que otros edulcorantes, como el azúcar de consumo y es más completo, ya que suministra minerales, vitaminas y otros nutrientes.

Valores nutricionales
Hidratos de carbono: 75-80%
* Fructosa: 38%
* Glucosa: 31%
* Sacarosa: 2%
Agua: 15-20%
Ácidos orgánicos: 0,6%
Sustancias nitrogenadas: 0,4%
Otros: 15%
Minerales: 0,1-1,5%
Aminoácidos, enzimas, vitaminas: trazas

BENEFICIOS



La miel es rica en enzimas, que son las sustancias responsables de la transformación del néctar en miel y de características de conservación de ésta. La mayoría son aportadas por las abejas durante la elaboración de la miel.



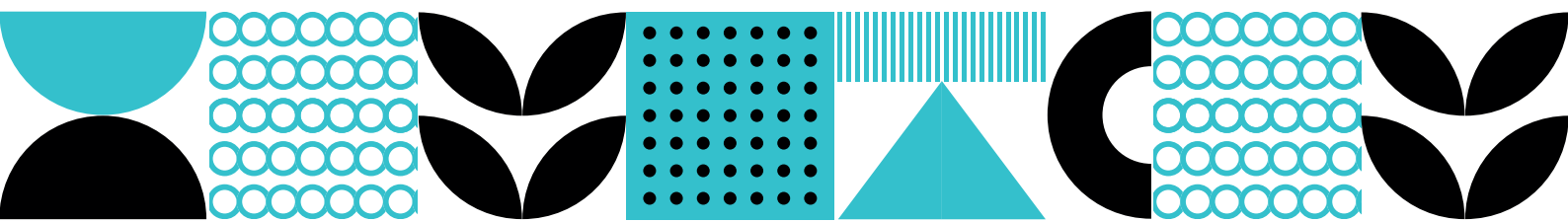
Además, hay sustancias en la miel que la dotan de importantes características antioxidantes, concretamente del tipo de los flavonoides y contiene vitamina C, selenio, y catalasa. Las mieles oscuras presentan generalmente mayores niveles de estas sustancias y por tanto características antioxidantes. Este efecto es importante en el mantenimiento de la salud, luchando contra el envejecimiento celular (elimina radicales libres).

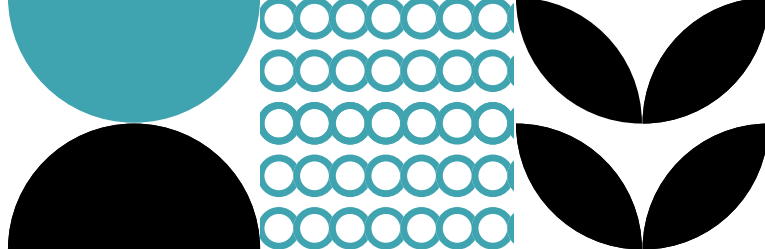


La miel tiene poder antibacteriano y antiséptico, cada día mejor conocido y aplicado, se debe a un conjunto de factores relacionados con su composición:

- Alta presión osmótica, baja actividad de agua.
- pH bajo.
- Sistema glucosa oxidasa (forma agua oxigenada)
- Bajo nivel de proteínas
- Bajo potencial redox, por el alto contenido en azúcares reductores.
- Alta viscosidad
- Presencia de antioxidantes (pinocembrín, pinobanksin, chrysin, galagin)
- Otros agentes químicos: Lisozima, Ácidos (fenólicos), Terpenos, Alcohol benzílico, etc. (Molan, 1992a, b; Snowden and Cliver, 1996):

Todas estas propiedades configuran un ambiente incompatible con el crecimiento y multiplicación de microorganismos, logrando no solo que no puedan vivir, sino incluso eliminarse.





DÍA MUNDIAL DE LAS ABEJAS, 20 DE MAYO

El 20 de mayo de 2017 la Organización de las Naciones Unidas (ONU) estableció el Día Mundial de las Abejas coincidiendo con la fecha del nacimiento del pionero de la apicultura moderna, Anton Janša (1734-1773). También se eligió esta fecha porque en el hemisferio norte es primavera, que es cuando las abejas están más activas, empiezan a enjambrazar y son más numerosas. Las abejas y otros polinizadores se encuentran en peligro de extinción por lo que es necesario protegerlos. Algunas de las amenazas son las enfermedades como la varroasis, la escasez de alimentación por prácticas de la agricultura intensiva y no sostenible, el uso de pesticidas, entre otras.

¿Por qué son tan importantes las abejas y otros polinizadores?

Por una agricultura más sostenible:

Con su polinización aumenta la producción agrícola, la diversidad y variedad de nuestra agricultura y de nuestros cultivos, y con ello las fuentes de alimentos.

Garantizan el empleo de millones de personas y son una importante fuente de ingresos de los agricultores.

Por la conservación del medio ambiente:

Contribuyen a la biodiversidad de nuestro entorno natural y tienen un efecto positivo sobre el ecosistema en su conjunto.

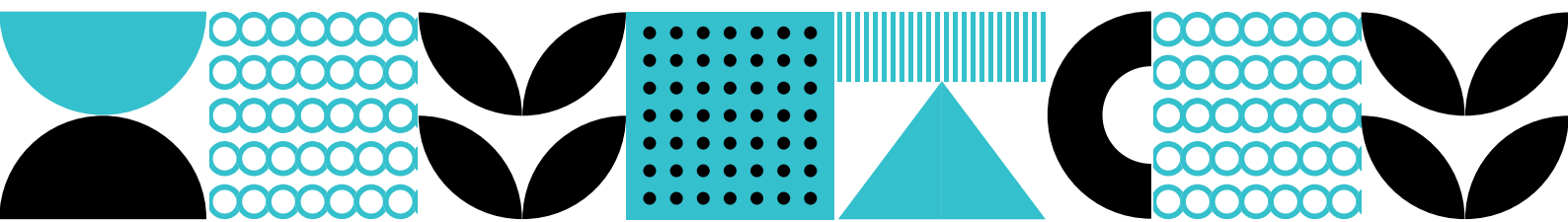
Son un buen indicador de la situación en que se encuentra el medio ambiente.

¿Qué podemos hacer para ayudar a las abejas?

- Consume miel de Tenerife y demás productos de la colmena. De esta manera ayudarás a los productores locales de miel y colaborarás a que puedan seguir manteniendo sus colmenas. Puedes encontrarla en la tienda de la Casa del Vino y en la página de la Casa de la Miel.
- Planta en tu jardín plantas melíferas autóctonas. A las abejas le encantan y las encontrarán con más facilidad porque están acostumbradas a ellas. Puedes encontrarlas en el catálogo de flora de interés apícola de Tenerife.
- No uses pesticidas en tus jardines. Puede llegar a ser letal para las abejas y reduce su capacidad de polinización. Confía en el equilibrio de los ecosistemas.

Podrá encontrar más información sobre la miel de Tenerife en la siguiente dirección:

<https://www.casadelamiel.org/es>



GOFIO DE TENERIFE



MATERIAS PRIMAS

CEREALES:

trigo, millo (maíz), cebada, centeno, avena, arroz.

LEGUMINOSAS:

lenteja, garbanzo, soja.



ORIGEN



Historia

La historia del gofio se remonta a la época prehispánica. Los antiguos moradores de la isla, los guanches, molían los granos de cebada tostados para conseguirlo. Su consumo ha permanecido de manera constante en Canarias hasta nuestros días.



Identidad Gastronómica

Es un alimento que heredamos de la historia canaria prehispánica y es hoy en día una de nuestras señas de identidad gastronómicas.



El Ahoren

Los guanches lo llamaban Ahoren. Tras la conquista se quedó en Gofio y amplió, tras el descubrimiento de América, las variedades de cereales utilizados.



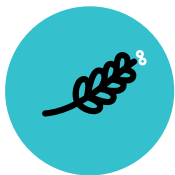
PRODUCCIÓN

Comercialización Antaño, la producción de gofio se realizaba de manera comunitaria. El molinero molía los granos que los agricultores le llevaban, y luego estos podían consumirlo o venderlo según su preferencia o necesidad, dependiendo de la cosecha de cada año.



Producción

Su proceso de producción es tradicional, no se ha modificado con el paso de los siglos, incluye cinco etapas.



Obtención de la materia prima

Para la elaboración del gofio se pueden emplear diferentes cereales como el millo del país o el trigo barbilla, entre otros.



Limpeiza

Eliminación de pequeños restos vegetales, granos partidos u otros residuos ajenos.



Tueste y enfriamiento

El tueste no puede sobrepasar los 200°C. El enfriamiento se consigue dentro de sacos o depósitos denominados "cajas de enfriamiento".



Molturación

La molienda es la parte fundamental en el proceso de elaboración del gofio y el control organoléptico. Siempre es realizado por el maestro molinero antes del envasado y debe dejar constancia de este.



Envasado

El gofio así obtenido será almacenado en depósitos hasta su envasado, que se realizará mediante envasadoras automáticas, semiautomáticas o de forma manual. También se puede envasar al detalle en molino para su venta.

CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES

Indicación Geográfica Protegida

- Un sello concedido el año 2012 por el que se distingue a un producto de gran tradición en nuestras islas, de gran valor nutricional.
- El gofio es el producto resultante tras moler granos de cereales previamente tostados.
- Por sus propiedades nutritivas, se ha convertido en un super alimento del siglo XXI. Está incluido en las dietas saludables y equilibradas, gracias tanto a su contribución a la salud de las personas como a la salud medioambiental.
 - El trabajo artesanal del maestro molinero.
 - La limpieza y la selección del grano.
 - Un excepcional sistema de tostado.
 - La molienda artesanal en piedras molineras.





El gofio tiene cuatro características que lo definen:

Aroma: seco, penetrante y terroso.

Color: tonos amarillos oscuros, depende del tipo de grano usado y el grado de tueste al que ha sido sometido.

Sabor: variará según el grano, el grado de tueste y la sal añadida

- El gofio o ahoren es una gran fuente de minerales, de hecho, con la ingesta de estos cereales molidos y tostados se consiguen minerales como el potasio, sodio, magnesio, zinc y hierro, además es rico en vitaminas del grupo B, como B1 y B2, así como las vitaminas C, A y D.
- Este peculiar producto es un alimento que sirve para regular los niveles de glucosa en nuestro organismo, ya que ayuda a retrasar la absorción de hidratos de carbono simples.

Valores nutricionales

Vitaminas:
B1, B2, C, A y D

Minerales:
Hierro calcio, magnesio, potasio, sodio y zinc.

Proteína:
mínimo 7,0 %

Fibra bruta:
mínimo 1,5 %

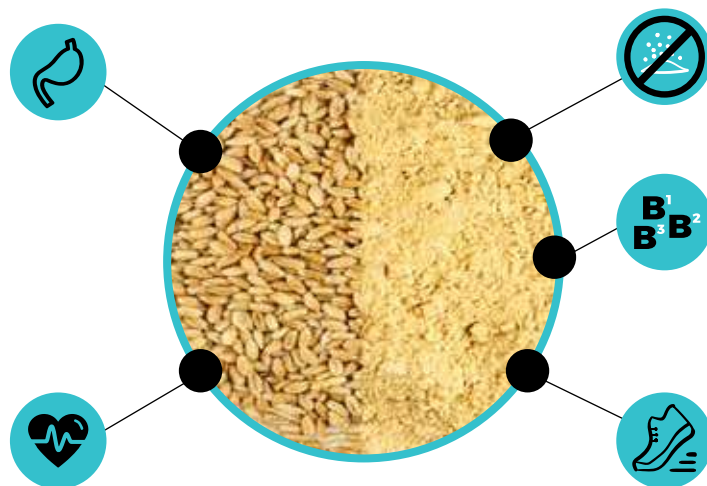
Grasa:
5%

Energía:
365 kcal

BENEFICIOS

El gofio regula el tránsito intestinal, evitando la aparición del estreñimiento y prevención del cáncer de colon. Su alto contenido en fibra realiza un efecto barrido de la grasa acumulada en las arterias, además de otros efectos muy beneficiosos para nuestra salud a través de la fermentación de la fibra por parte de las bacterias de nuestro intestino, formando sustancias que previenen la aparición de diversas enfermedades.

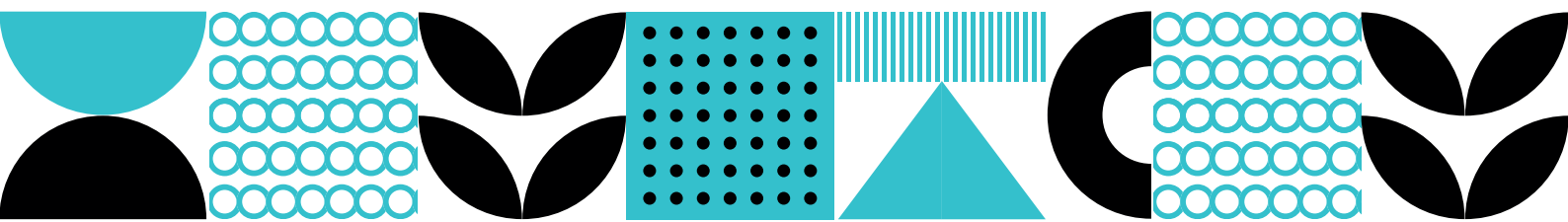
Mantiene niveles óptimos de colesterol y triglicéridos al ser rico en ácidos grasos omega 6, por lo que contribuye a la prevención de enfermedades cardiovasculares.



Ayuda a regular los niveles de glucosa tras su ingestión, ya que es rico en hidratos de carbono complejos, retrasando la absorción de azúcares simples, haciéndolo un alimento muy adecuado para personas con diabetes.

Alimento energético, rico en proteínas y minerales como el hierro, calcio, magnesio y potasio. Las vitaminas que contiene son del grupo B (B1, B2, B3), imprescindibles para el buen funcionamiento del sistema neuromuscular. Además, es un buen antioxidante por su contenido en vitamina C.

Alimento muy completo para los deportistas. Tanto antes como después de la práctica deportiva, aporta: hidratos de carbono lentos que nos proporcionan energía sostenida durante la actividad física y tras ésta nos ayuda a reponer los depósitos de glucógeno, vitaminas y minerales.



SABORES ANCESTRALES: *El Gofio de Tenerife*

Nuestro “gofio canario” con Indicación Geográfica Protegida, producto de origen prehispánico y seña de identidad de nuestra dieta tradicional, disfruta de un nuevo resurgir, al ser reconocido por la Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) como un superalimento del siglo XXI. Además, el gofio se incluye en la dieta, según la prestigiosa revista médica The Lancet. Todos los alimentos que conforman la dieta planetaria, entre los que se encuentra el gofio, nos aportan los nutrientes necesarios y contribuyen a reducir las emisiones de efecto invernadero, proteger la biodiversidad y el suministro de agua dulce. Elaborado a partir de granos de cereal, tradicionalmente maíz y trigo, tostado y molido en piedra hasta conseguir una fina textura, es especialmente recomendado para deportistas por sus hidratos de combustión lenta, para nuestro tránsito intestinal por su alto contenido en fibra, además de aportar vitaminas B, C y ácidos grasos Omega 6, etc. Nuestras recetas van desde los tradicionales escaldones de carne, pescado o verduras, pellas, desayunos solo con leche y meriendas con plátano, hasta la innovación en panes, crepes, mousses, galletas, helados y nuestros postres. Exportado actualmente a Europa, África y países como Japón, el gofio es un producto único de nuestro origen atlántico, con una potente proyección fuera de nuestras islas.



¿Quieres saber más?

11

Conoce más sobre Tenerife



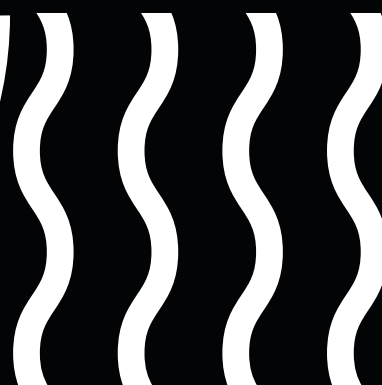
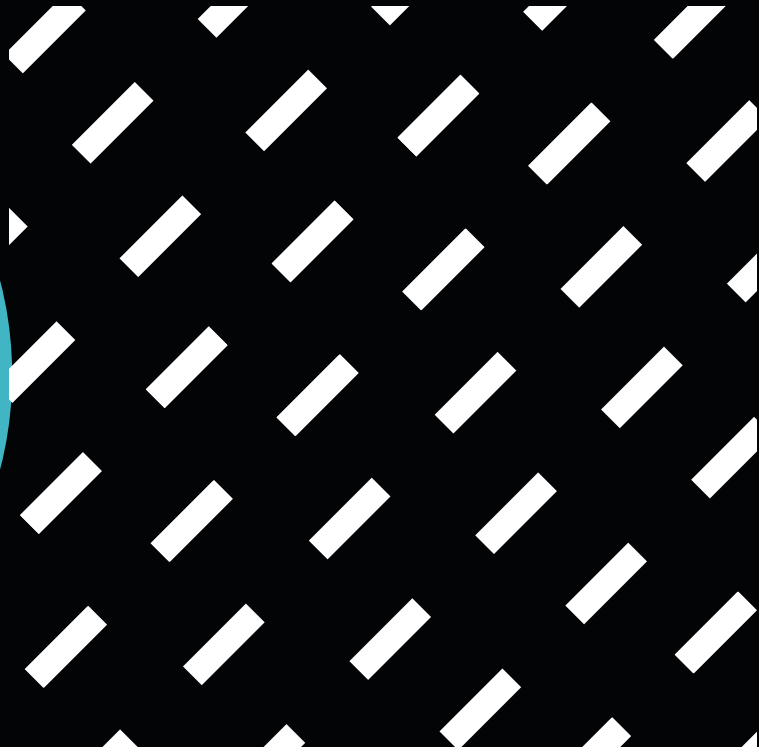
PDF



interactivo

Conoce más sobre la gastronomía de Tenerife





tenerife!
despierta emociones.