

# boletín

grupo de consumo **cambalachg**

**n**ace este boletín, al menos su primer número, de la sentida necesidad de lograr una comunicación más fluida entre quienes hacemos posible el grupo de consumo de **Cambalache**. Éste no pretende convertirse únicamente en un espacio físico en el que los consumidores adquieran de forma acrítica alimentos ecológicos, sino que aspira a ser un proyecto que haga a consumidores y agricultores partícipes y cómplices de la urgencia de una práctica responsable en el ámbito de la producción y el consumo de los alimentos.

Este objetivo no puede realizarse con una herramienta informativa unidireccional. Por ello, el boletín quiere ser un medio de comunicación abierto a todos y todas, que permita y facilite una comunicación e información fluidas, que despeje el desconocimiento que del trabajo agrícola existe entre los consumidores y consumidoras y que, al mismo tiempo, explicita a los productores las dudas, las necesidades y las exigencias de aquellos.

La aparición de este boletín no sería posible sin la existencia del grupo de agroecología y consumo responsable de **Cambalache**, que desde septiembre de 2003 viene realizando distintas actividades. Por este motivo, creemos conveniente poner de manifiesto la existencia de este grupo y el trabajo que está desarrollando en el campo de la teoría y la práctica agroecológicas.

Actualmente, su actividad está determinada por la elaboración de un libro sobre agroecología y consumo responsable; una tarea que, al menos en parte, ha provocado la formación de un grupo de fotografía que pretende dotar de una dimensión mediática el trabajo realizado no sólo en este ámbito, sino también, más a largo plazo, en las demás líneas de trabajo. La actividad de dicho grupo se inició el pasado mes de marzo con la exposición, en el local, de una muestra fotográfica sobre el medio rural en Asturias. Septiembre será la fecha elegida para organizar una segunda exposición fotográfica coincidente con la presentación del libro y la organización de las III jornadas de agroecología y consumo responsable.

Recientemente, **Cambalache** participó, junto a otros colectivos, en la celebración, el 17 de abril, del Día mundial de las Luchas campesinas, mediante la organización de diversas charlas y actividades, en los días previos, así como con la realización de actos de protesta en Carrefour y ante los establecimientos de Benetton, Mc Donald's y Banco Santander en Oviedo.

Esperamos que este boletín logre el objetivo con el que nace: ser un instrumento de entendimiento y comunicación fluida entre agricultor@s y consumidor@s y ofrecer un nuevo espacio para aquellos que quieran conocer, participar e implicarse en la teoría y la práctica agroecológicas. 📧



el local cambalachg

C/ Martínez Vigil, 30-bajo 33010, Oviedo

Tfno.: 985 202 292 • e-mail: [cambalache@localcambalache.org](mailto:cambalache@localcambalache.org)

número 1 | abril 2005

Diseño: Amelia Celaya  
Traducción al asturiano: Anxel Rodríguez

## Problemas en la producción de hortalizas ecológicas en Asturias

GERARDO PATAYO [productor de agricultura ecológica]

Después de la entrada de España en el Mercado Común (1986) el abandono del campo asturiano se aceleró debido a la bajada de los precios de la leche, la limitación de su producción (cuotas lácteas) y las nuevas normas relativas a la producción láctea. Muchos campesinos se fueron jubilando sin que sus explotaciones encontraran relevo en sus descendientes. El desánimo de la gente más joven cundió ante una política empeñada en reducir la población agraria en nombre de la modernidad. Algunas familias jóvenes fueron emigrando a las ciudades como ya ocurría en los años sesenta.

La reducción de población activa agraria fue brutal. Se trata del sector más duramente reconvertido de Asturias.

En resumen, ahora el número de campesinas y campesinos se encuentra por debajo de lo deseable; y si faltan campesinos también faltan horticultores. La producción de hortalizas cuenta con poca tradición en Asturias, esto no es La Rioja, por ejemplo, aquí predominó la ganadería de leche: las vacas. En otros lugares algunos agricultores convencionales pueden pasarse a la horticultura ecológica, aquí es poco probable dado el escaso número de los mismos.

Por otro lado, la incorporación de jóvenes al campo es un fracaso. Comprar caserías es muy caro y alquilarlas también. Las que se venden o alquilan suelen ser insuficientes para vivir de ellas. Los propietarios de las caserías, al jubilarse, suelen seguir disponiendo de ellas y trabajando en ellas aunque sea incompatible con la jubilación, pero ya se sabe que la Inspección de Trabajo brilla por su ausencia.

La horticultura ecológica es más difícil que la convencional. Se necesitan años para entender un poco sus técnicas. Nos falta experimentación, pues han estado investigando con abonos químicos y pesticidas, por lo que los resultados no sirven para nada.

La horticultura ecológica en Asturias se realiza bajo el control de un Consejo Regulador, el COPAE. El control consiste en una visita anual con toma de muestras para su análisis, medida necesaria para detectar uso de productos prohibidos, y un conjunto de impresos que tenemos que rellenar con datos de los cultivos: fechas de siembra, localización, superficies ocupadas, fechas de recolección, etc., propios de una economía estalinista, que nos hace perder un montón de horas cada año, en mi caso unas 35 horas. Este papeleo supone para un horticultor con unos 36 cultivos de hortalizas diferentes más de setenta páginas con datos entre el libro de la explotación y las hojas de ampliación de hortalizas además de un volante de circulación que acompaña a cada factura de ventas, o sea, unos 200 volantes cada año. Vamos, un papeleo ineficaz para controlar, insufrible de cumplimentar y que está pidiendo su supresión.

Otro grave problema son las semillas ecológicas que hay que usar y cuya producción es escasa en cantidad y variedad. Además, la mayoría hay que importarlas de otros países porque en España no hay. Faltan variedades adecuadas de brécol, coles de Bruselas, coliflor, lechuga, cebolla, pimiento, repollo y algunas otras. En Asturias la lechuga preferida es la Batavia amarilla y no contamos con ninguna equivalente. Los repollos más vendidos son del tipo Savoy King y tampoco tenemos ninguno parecido en regularidad, tamaño y ciclo de cultivo. Los brécoles ecológicos de las variedades disponibles producen pellas de menos de 100 gramos cuando los brécoles de otras variedades ecológicas dan pellas de 300 gramos o más. Aún no hay brécol del tipo ecológico Romano.

Por último, la demanda de hortalizas es todavía escasa, lo que provoca en verano excedentes de tomate que acaban en el mercado convencional y en otras épocas escasez, ya que producir superficies pequeñas de una hortaliza encarece y dificulta el cultivo. Habría que añadir la dispersión de la demanda, que también perjudica. ■

## Cristalización del miel y la conservación

FERNANDO CURTO [productor de miel ecológica]

El miel, una vegada esmalgada del ensame y envasada sufre de los cambios químicos y físicos que dependen directamente de las condiciones de almacenamiento y conservación.

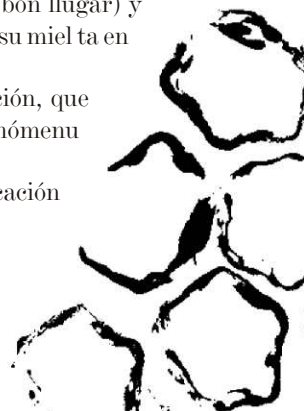
El miel en el ensame se calienta a una temperatura de los 30° y con un murgor baxu, pos les abeyes atalantaron un perbon sistema de deshumidificación: la ventilación mediante la aletu de milenta d'abeyesa la mesma vegada, orixinando una corriente d'aire nel ensame. Baxu estes condiciones, y tapanes les celdines que contienen el miel con una capa de cera que refuga'l posible murgor, esti conservase'n condiciones per bones durante años, ensin perder nenguna de les sos propiedaes.

Una vegada esmalgada y envasada, con estremaos valores de temperatura y murgor ambientales, el miel puede entamar a sufrir cambios, los cuales camudarán sus propiedades amenorgándoles.

Pa qu'esto nun soceda, debe conservase'n llugares secos, atapecíos, con baxu murgor ambiental y una temperatura inferior a 20°, (la nevera ye un bon llugar) y asina asegurámonos de que'l nuesu miel ta en bones condiciones.

Nestes condiciones de conservación, que son las ideales, el miel sufre un fenómeno que nómase cristalización.

La cristalización ye la solidificación



el local cambalachg

los martes, de 18:00 a 20:00 h.; recogida de las cestas del grupo de consumo.

los martes, a las 20:00 h.; reunión del grupo de agroecología.

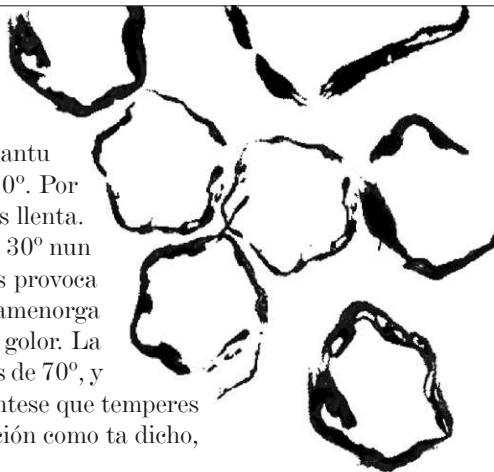
viernes **13** de mayo a las **19.30 h.**

presentación del libro **La fresa amarga**, (editorial Atrapasueños), a cargo de Luis Ocaña, del Sindicato de Obreros del Campo (SOC), de Andalucía.

Gijón Antiguo Instituto

miércoles **20** de abril, a las **19:30 h.**

mesa redonda: **Agua, ¿fuente de vida o conflicto?** Participan: Eduardo Menéndez Casares, de Ecoloxistes n'acción y doctor de Geología de la Universidad de Oviedo, y Tom Kucharz, de Ecoloxistas en acción de Madrid. (Les otros cares del



del miel. Ésta produzse si la tempera ye inferior a 30°, y ye más rápida cuantu más baxa seya la tempera, fasta los 10°. Por baxo d'ésta, la cristalización faise más llenta. Asina mesmo, una tempera superior a 30° nun solo la retarda tamién, sinón qu'amás provoca la perda de l'actividá enzimática, amenorga l'aición antibiótica y merma'l sabor y golor. La perda de propiedaes ye casi total a más de 70°, y la cristalización nun se produz. Atalántese que temperes inferiores a 10° retarden la cristalización como ta dicho, pero provoca la perda de propiedaes.

Ye por eso qu'un miel cristalizao garantiza qu'ésta foi conservada a tempera correcta, y ye óptima pal consumu.

Si queréis consumila llíquida, pué calecese ensin sobrepasar los 40°. Pa ello, pué ponese al bañu de maría (tapada pa qu'el miel nun garre mugor), o a la vera de cualquier fonte de calor sele. (Un conseyu: colocé-y el tarru miel enriba d'un radiador de la calefacción si vivís nun pisu, o dientro del fornu de la cocina lleña cuando la matéis; ye ún de los métodos más ecolóxicos).

Desgraciadamente, la mayoría de los consumidores nun sabe esto, y caten nel mercáu mieles más llíquides pensando qu'el miel cristalizao ta "pasao", alentaos poles campañaes publicitarias que faen indíz nes imáxenes con miel llíquido, el cuál ye muncho más fácil de manexar pa les grandes empreses distribuidores.

El miel, fuera del ensame, ta llíquido durante unos cuatro o cinco meses y depués, a partir de payares, entama a cristalizar. Los apicultores artesanales, obligaos a vender el so miel y debió a les causes esplicaes nel párrafu anterior, vense obligaos a calecelu col riesgu de que pierda propiedaes.

Ye por eso, nun refuguéis un miel cristalizao, y si daquién la tien que calecer, que seya'l consumidor. Si la llicúes tu, sabes si lo ficisti bien, si la llicúa l'apicultor, siempres te quedarás cola dulda. ☞

 noticias

**Otur frenó la especulación urbanística a través de la consulta popular**

Los vecinos de Otur dijeron no al Plan General de Ordenación Urbana (PGOU) impulsado por el alcalde de Valdés, el socialista Juan Fernández Pereiro, en el que se incluía la construcción de urbanizaciones en este pueblo del occidente asturiano. Y lo hicieron a

través de una consulta popular, celebrada el pasado 23 de enero en las escuelas públicas y convocada por la Asociación de Vecinos en Defensa de Otur-Santiago Rural después de presentar una alegación común al PGOU, firmada por 364 vecinos. El resultado del referendun, al que estaban llamadas 531 personas, entre vecinos, propietarios de segundas residencias y →

→ propietarios de las fincas afectadas, fue un rotundo rechazo, con el 93,33% de los votos, a los planes de Pereiro, frente al 2,74% que votó a favor; un 3,52% e votos en blanco y un único voto nulo que supuso el 0,39%. En cifras absolutas se registraron 255 votos, de los cuales 238 dijeron no a las urbanizaciones, por siete a favor y nueve en blanco.

En el recuento de las papeletas estuvieron presentes representantes de todos los grupos políticos, a excepción del

PSOE, y directivos de las recientemente asociaciones vecinales creadas contra los planes de urbanización.

Después de la realización del referéndun, el alcalde valdesano anunció que, tras la oposición de los vecinos, se iniciarían una serie de reuniones con el fin de llegar a acuerdos sobre las bolsas de suelo urbanizable. Pereiro había sido previamente acusado de cerrarse al diálogo y de convocar a los concejales a un urgente pleno extraordinario dos días antes de la consulta, para intentar condicionar alguna posición de los ediles. A pesar de que el PSOE no estuvo presente durante la celebración del referéndun, que llegó a criticar, ni en el posterior recuento de los votos, Pereiro manifestó cínicamente que la consulta "sirve para introducir la participación ciudadana en el documento del Plan General y, tal como viene haciendo el ayuntamiento, recoger la voluntad de los vecinos donde se viene manifestando". ☞

## El grupu de consumu cambalache. una esperiencia d'agroecoloxía y consumu responsable



grupu de consumu cambalache

Cambalache ye un proyeutu educativo nel qu'hai varies llinies y grupos de trabayu<sup>1</sup>. El grupu de Desarrollu sostenible entamó a aconceyase tres les actividaes escontra la Cume de la Organización Mundial de Comerciu en Cancún, en setiembre de 2.003. Tres un análisis de los modelos dominantes de producción, distribución y consumu, vimos la necesidá de crear un grupu consumu. Propusimos-ylo a la



Cooperativa Agroecolóxica Makila y, a lo llargo de la primavera de 2.004 y en diálogu con ell@s, fuimos elaborando los criterios de la producción agroecolóxica y el consumu responsable.

El grupu entama a funcionar a mediaos de mayu. Anguaño cuenta con unes trenta unidaes de consumu; hai hortalices de temporada, dalgo de fruta asturiana, mieles, llegumes, quesu, aceite, cereales, pasta y dellos tipos de pan.

Makila furnia casi tola hortaliza. Pal restu los alimentos, entramos en rellación con varies productores más, d'Asturies y del restu l'Estáu (pa la pasta, l'arroz, l'aceite y la llegume). Na rellación coles productores tiense'l rigor nos planteamientos y cimblu al ponelos en diálogu coles situaciones concretes, pa evitar que "los criterios" se conviertan nun meru procedimientu desvinculáu de lo rial.

Makila xunta carauterístiques (militantes, forma cooperativa, agricultor@s profesionales, práutica xenuinamente agroecolóxica, etc) que faen que con ell@s haiga un diálogu, ensin dificultaes, superior al que n'esti momentu hai con otros proyeutos. Pero, al mesmu tiempu, procúrase que nos conceyos del grupu y nes actividaes participen tolos productores, como forma de fortalecer l'amestadura con ellos.

Entendemos qu'el grupu consumu ye una oportunidá pa llevar a cabo un trabayu educativo y políticu, en dellos sentíos. Per una parte, convertir el consumu nel grupu nun actu cotidián y repetíu ye una forma de romper con munchos vezos qu'el modelu dominante de consumu que nos fizo interiorizar. Per otra, los conceyos del grupu, al ser un espaciu pa plantegar los problemes y falar so ellos, avencen-nos al diálogu como forma de xestionar lo coletivu y de relacionar

la producción col consumu. Amás, les actividaes paraleles (charres, cursos, talleres), enraigonaes na esperiencia del grupu y llexitimaes por ella, permiten a so vez puxar el consumu responsable, estendiéndolu y dándo-y conciencia de si mesmu.

Nos meses de furrulamientu que llevamos fasta agora, apaecieron múltiples problemes y torgues. En tou casu, los problemes nun constitúin una anomalía sinón la espresión mesma de les torgues qu'entraña construyir de forma de comuña una llóxica alternativa al mercáu na producción y el consumu d'alimentos. Los problemes son la oportunidá pa poner de manifiestu les contradicciones presentes nesa construcción, pa dialogar so elles ya iguales en común. Ente los problemes más notables tan: la falta de los mecanismos concretes pa qu'ese diálogu tea llugar; l'enorme descensu del consumu qu'hebo nos meses de xunetu y agostu, a pesar de qu'esi problema se tenia tratao dende mayo; los pidíos simbólicos ya inconstantes, exemplu de lo difícil que ye romper cola llóxica de consumu dominante, presente en caún/una de nosotr@s.

Dende la fin del branu, tenemos proyectao una riestra d'actividaes pa puxar la estaya educativa del grupu y fortalecelu: unes xornaes so agroecoloxía y consumu responsable, celebraes en setiembre, un taller so apicultura n'ochobre, otru so propiedaes curatives de los alimentos en payares... Tamién aumentamos la diversidá de los productos.

Los meses de furrulamientu del grupu consumu foi una esperiencia problemática pero enormemente rica y estimulante. Aprendimos a comer alimentos sanos y a apreciar les sos cualidaes nutritives y gastronómiques. Creamos una forma de sofitu, modesta pero rial, a la producción agroecolóxica n'Asturies. Al mesmu tiempu, esperimentamos la complexidá de la rellación ente la producción y el consumu, la dificultá qu'entraña'l diálogu como forma pa resolver los problemes. Na seronda va crease otros dos grupos de consumu, unu en Xixón y otru n'Avilés, entamaos por coletivos colos qu'esiste mui bona rellación. Hai un enfotu de sofitar espacios comunes pa que proyeutos riales de producción y consumu d'alimentos puedan compartir criterios, análisis y estratexes. Asina ábrese la posibilidá de lluchar contra la globalización y sos consecuencies na agricultura y l'alimentación con palabres poro con fechos alternativos, xuntando la negación de lo esistente cola afirmación de lo posible. ■

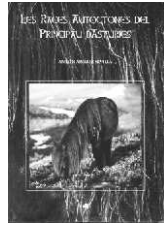
<sup>1</sup> Les llimitaciones d'espaciu del artículu fain imposible describir enforma'l proyeutu. Hai información na nuesa páxina web: [www.cambalache.org](http://www.cambalache.org)



## Les Races Autóctones del Principáu d'Asturies

3er. Cartafueyu de la Fundación Belenos

Antón Álvarez Sevilla Añu 2.001



Nun creo que seya l'últimu llibru que s'asoleye y que-mos fale de les races autóctones d'Asturies, pero lo que si creo ye que nun habrá otu que tea fechu con tantu amor y señalda como'l d'Antón Álvarez Sevilla. Y afirmolo porque lu conozo dende va munchos años y sé que nun tien otros güeyos que miren pa otu llau. La vida d'Antón A. Sevilla da vueltes al rodiu de les nubes races porque les nubes races son nos mesmos.

Esti llibru, cuasi de campu, recueye'l saber d'anguaño so les races. Esplicalo de forma cenciella, dende la morfología pasando pela hestoria y la etnografía con unos semeyos

de calidá y con un diseñu mui cuidáu como nos tien avezaos Belenos. Inclúi refranes populares, cancios y conxuros, dando a entender la importancia de los nubes animales na vida diaria del País.

Cunta-y al que se somorguie n'esti llibru de lo atopaizu que ye de lleer y descubrir l'alma col que ta escritu que mos aveza a continuar mirando les claves d'esta Asturias amenazada por PACs, políticos analfabetos, llobos y demás.

Más nada, recomendate la lletura del llibru pa qu'aprecies inda más au vives y asina sabrás más au suañes.



### Macarrones con acelgues

- 350 g. de macarrones (más o menos)
- 300 g. d'acelgues
- 30 g. d'almendres tostaes
- 2 cuyaraes de quesu frescu
- 1 cuyarada de pan rayao
- 2 cuyaraes d'aceite d'oliva
- mantega
- 1 diente d'ayu
- sal

*Si-vos presta picante, un poco pimienta de cayena molida y sinón, un poco pimentón tamién-y va bien. Güeyu col ayu, que como va crudu sabe muncho.*

Llávense les acelgues, escáldiense unos segundos n'agua salada ferveiendu y espúrrense. Cuécense los macarrones. Na batidora méntense les acelgues, la metá de les almendres, el diente d'ayu cortao en cachinos y el quesu, una plizca sal 2 cuyaraes d'aceite d'oliva y unes cuyaraes de caldu de cocer la pasta. Bátense fasta tener una crema. Nuna sartén pequena dórase nun poco de mantega'l pan rallao y les almendres restantes. Escúrrense la pasta y ponse nuna fuente caliente y échase por riba la pasta d'acelgues y, pa finir les almendres y el pan rallao.

*Tamién puede preparase con espinagues fresques; nesti casu, si se cueyen les fueyes mas tiernes nun fai falta escaldiales.*

### Ensalada de naranxa

- La parte mas tierra d'un repollu; 5 naranxes
- 3 zanahories
- un puñáu d'uves pases
- 1 cuyarada grande de simientes de sésamu
- aceite y sal.

Fainse 3 naranxes en zume. Llávense rallen les zanahories y déxense en remueyu col zume de naranxa. Hai que dexales un ratín. Llueu, córtense mui fino'l repollu y se pelen y corten en raxes les 2 naranxes restantes. Ponse'l repollu nuna fuente y echa-y el sal y l'aceite. Se-y añide por riba les zanahories y el zume de naranxa, remuévese, añédense les naranxes en raxes y el puñáu de pases y s'espolvoria col sésamu.

*Si se quier, camúdense les pases por uves ensin pebides, anque tamién pueden pegar almendres... Presta atopar el sésamu, pero si nun tien nun pasa nada. Nun necesita demasiao aceite, porque col zume de naranxa ya tien munchu sabor.*