

## Sábado 7 de noviembre: Prepárate para el invierno con la mejor fuente de energía: Miel y Mermelada de Madrid.

Llegan los meses más fríos del año y conviene cargar el organismo de energía. Te proponemos en primer lugar que vengas a probar las **MIELES DE MADRID**, en plural, porque en nuestra región hay una gran variedad: monoflorales, multiflorales, de mielato; de romero, de cantueso, de zarza, de roble, de brezo, de encina; claras, oscuras, ámbar; artesanales, ecológicas..... cada una con su propia peculiaridad. Participarán en nuestra próxima edición del Día de Mercado un destacado número de apicultores madrileños, a quienes puedes preguntar todo lo que quieras saber sobre la miel, el polen, el propóleo y todos los productos relacionados con su actividad, tan ancestral como fascinante.

Dulce fuente de energía son también las **MERMELADAS Y DELICIAS CARMELITANAS**, elaboradas de forma artesanal por las monjas carmelitas descalzas en su convento de Loeches. Mermeladas tradicionales y otras que te sorprenderán por su originalidad: naranja, ciruela, higo y fresa, con y sin chocolate; naranja y calabaza con coco, manzana a la menta, kiwi, melón, limón, membrillo, cereza, uva..... Seguro que ya hay alguna que te está apeteciendo probar.

Hace su presentación en nuestro Día de Mercado una empresa familiar, **HORY BIO**, dedicada al cultivo ecológico de plantas aromáticas en su finca de Talamanca de Jarama: romero, salvia, tomillo, ajedrea, eneldo, albahaca, estragón, cilantro, orégano..... ¿sabías que una infusión de romero en la mañana te proporciona energía suficiente para rendir a tope durante todo el día?. Pues ya lo sabes.

**LA TAHONA DE GUZMÁN**, un referente de la repostería artesanal madrileña, vuelve a sus orígenes y nos traerá *-además de sus dulces-*, **pan**. Pero no un pan cualquiera. Pan de alta calidad, elaborado a partir de masa madre, además de una variada oferta: hogaza de pueblo, moño, barra antigua, labios *-con semilla de amapola y sésamo-*...

¿Y qué decirte de la **calidad de la carne** que puedes comprar en nuestro Día de Mercado? Es evidente que hay gente que será muy principal, pero que todavía no ha debido probar la ternera de la IGP SIERRA DE GUADARRAMA, o el buey de LA FINCA, o los ibéricos de JP MARABOTTO. Si lo hubieran hecho no dirían las cosas que dicen de la carne.

Madrid tiene una cabaña ganadera excelente, que el próximo Día de Mercado estará representada por la Asociación de Criadores Raza de Guadarrama (cabrito), Finca Hoyas de Santa Ana (cerdo), Granja Espartinas (cordero), Cuerda Larga, Alicia Tabernero, La Finca de Jiménez Barbero y Vaca Negra (ternera), todos ellos orgullosos criadores de ganado en extensivo, productores de carne de calidad, saludable fuente de proteínas y energía, indispensable en la dieta mediterránea.

**Nuestros horticultores también aportan novedades al Día de Mercado.** Además de los productos habituales de temporada, Clarita, de Villa del Prado, traerá boniatos y *calabaza espagueti*, una curiosa variedad, cuya carne, una vez cocinada, se deshila en forma de espaguetis. El Huertecito, de San Martín de la Vega, nos sorprenderá con su *repollo Robin*, de tonalidad rosada y sabor suave, y romanescu, una col de aspecto marciano que cada vez tiene más adeptos. José Carlos Velasco, de Villaconejos, nos seguirá endulzando la vida con los mejores melones de su huerta. Traerá una variedad poco común, pero propia de esta época del año: el melón azul de invierno. ¿A que sólo con leer el nombre ya te apetece?

Aunque ya lo sabes, te lo recordamos una vez más. En el Día de Mercado de la Cámara Agraria encontrarás todo lo necesario para hacer una compra completa, equilibrada y saludable: verduras y hortalizas, carnes, quesos, lácteos, embutidos, ahumados, vinos, cervezas, aceites, huevos panes, dulces y un largo etcétera. **Alimentos de proximidad, todos de Madrid, todos excelentes.** Así que ven a visitarnos y no te olvides del carrito, porque lo llenarás.

**Lugar:** Sede de la Cámara Agraria de la Comunidad de Madrid. Pº Puerta del Ángel, 4.  
Recinto Ferial Casa de Campo,  Lago  Puerta del Ángel

**Horario:** de 10 a 15 horas. **ENTRADA LIBRE**

**Información:** 91 463 81 50/91 463 57 05 [www.camaraagraria.org](http://www.camaraagraria.org)