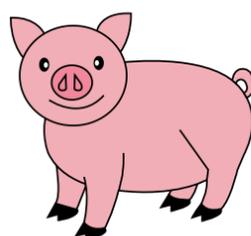


GASTRONOMÍA TRADICIONAL BAJO MARTÍN

PRODUCTO PRIMARIO

CERDO



Razas

El ganado que utilizan es de los cruces de razas:

Landrace y Large White en la línea materna	Proporcionan una carne definida por la jugosidad, textura, conformación y color.
Durco en la línea paterna	Aporta una carne de excelente calidad con una óptima infiltración de grasa.

Cría y matacía

Si la familia no tenía tocino, compraba uno ya destetado en el mes de marzo y lo criaban en el corral con lo que sobraba de la huerta (remolacha, maíz, patatas, salvado, manzana...) hasta que tenía 9 meses.

A primeros del mes de diciembre, el matachín mataba el cerdo en el matadero. Las familias que podían, mataban otro en enero.

Nada más llegar a casa, se hacía la sartenada para dar de almorzar a todas las personas que colaboraban. Consistía en freír los trozos que sobraban de la magra y las lechecillas con vinagre o vino y ajos.

La mondonguera era la persona que elaboraba el mondongo, es decir: los chorizos, las longanizas, las morcillas, la butifarra, las bolas... Se sacaba la sangre de los perniles, se salaban y luego se ponía peso encima, se salaban los lomos, se freía y se ponía en conserva las longanizas, el lomo y la costilla.

Temporada de consumo

Antiguamente la mayoría de lo que se elaboraba se guardaba para la época de la siega y la recogida de las olivas.

Las cosas más perecederas se iban comiendo en función de lo que antes se echaba a perder, por ejemplo primero las bolas, luego la butifarra, etc.

Beneficios de su consumo

Es diferente criar el cerdo en casa con los restos del huerto y la alimentación humana a hacerlo en grandes explotaciones a base de piensos industriales.

Consumir alimentos producidos con calidad tiene importantes beneficios en nuestra salud. De todas formas, no es conveniente abusar de los derivados del cerdo porque la mayoría de las grasas que contiene son saturadas. Aun así, su consumo tiene aspectos positivos: es una buena fuente de proteínas, tiene un moderado contenido en grasa, posee vitaminas del grupo B, contiene minerales como hierro, zinc, fósforo, magnesio y potasio.