

GASTRONOMÍA TRADICIONAL BAJO MARTÍN

PRODUCTO PRIMARIO

UVA



Variedades

Garnacha	Para elaborar vino tinto.
Moscatel	Es la uva de mesa, la más dulce.
Otras	Teca, vidao, blanquilla y cojón de gato.

Cultivo-recolección

Antiguamente todas las casas tenían viña y bodega para el consumo familiar.

El sarmiento se planta en un hoyo profundo y cuando germina, se injerta la variedad que se quiera. El primer año puede dar algún racimo, pero lo normal es al segundo año.

La viña requiere labrar entre cepa y cepa, quitar las malas hierbas y hacer un hoyo a cada una para recoger el agua.

En enero-febrero se recogen los sarmientos en fajos para luego arar.

Podar o “esbordar” se realiza sobre el 5 de marzo para que no acudan las avispas.

En septiembre toda la familia va a la vendimia. Se va cantando y se pasa muy bien, aunque es un trabajo duro y se acaba con ganas de descansar.

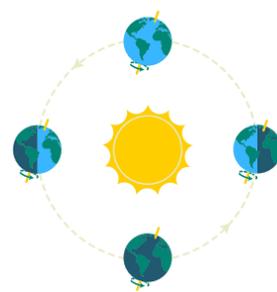
Una vez cogida la uva se vendía o si era para casa, se llevaba al trujal para pisarla. Los trujales estaban en las bodegas.

Después la metían en tinajas y algunos en trujales. Se iba a vender vino a otros pueblos.

Para hacer vino clarete sirven todas las uvas. Y sin dejar que fermenten, se llevan al trujal. Cuando ya están prensadas se hace el vino en las cubas.

Temporada de consumo

Recién cogida en septiembre.
El producto elaborado, cuando se desea.



Beneficios de su consumo

Ricas en antioxidantes, sobre todo resveratrol, antocianinas y salicilatos. Las de color verde tienen más vitamina B6 y magnesio. Las negras son ricas en potasio. Son un buen aporte de agua y azúcares.

