



de temporada

ENERO




-  Acelga, ajo, alcachofa, apio, berenjena, brócoli, calabacín, calabaza, cardo, cebolla, col lombarda, coliflor, endibia, escarola, espinaca, guisante, haba, lechuga, nabo, pepino, pimiento, puerro, rábano, repollo, tomate y zanahoria.
-  Aguacate, caqui, chirimoya, frambuesa, fresa-fresón, kiwi, limón, mandarina, manzana, naranja, pera, plátano y pomelo.
-  Besugo, almeja fina, lenguado, dorada, merluza, mejillón, pargo, pez limón, pulpo, sargo, sepia.


FEBRERO

-  Acelga, ajo, alcachofa, apio, berenjena, brócoli, calabacín, calabaza, cardo, cebolla, col lombarda, coliflor, escarola, espinaca, guisante, haba, lechuga, nabo, pepino, pimiento, puerro, rábano, repollo, tomate y zanahoria.

-  Aguacate, frambuesa, fresa, kiwi, limón, mandarina, manzana, naranja, pera, plátano y pomelo.

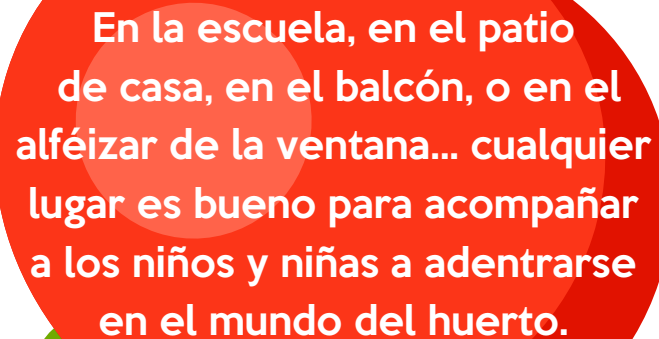
MARZO

-  Acelga, ajo, alcachofa, apio, berenjena, brócoli, calabacín, calabaza, cebolla, col lombarda, coliflor, escarola, espárrago verde, espinaca, guisante, haba, lechuga, nabo, pepino, pimiento, puerro, rábano, repollo, tomate y zanahoria.
-  Aguacate, frambuesa, fresa, kiwi, limón, mandarina, manzana, naranja, níspero, pera, plátano y pomelo.
-  Besugo, almeja fina, anchoa, caballa, dorada, atún rojo, lenguado, maragota, cabracho, merluza, navaja, mejillón, pargo, pulpo, pez de San Pedro, sardina, sargo, sepia.

-  Besugo, almeja fina, anchoa, caballa, lenguado, maragota, sardina, dorada, merluza, mejillón, pargo, pez limón, pulpo, sargo, sepia.

Los productos de proximidad y temporada son el fruto del compromiso por el cuidado del medio ambiente y del territorio, por eso son nuestros protagonistas

Las niñas y los niños en el huerto



En la escuela, en el patio de casa, en el balcón, o en el alféizar de la ventana... cualquier lugar es bueno para acompañar a los niños y niñas a adentrarse en el mundo del huerto.



ENERO



es un mes ideal para plantar cultivos de invierno, hortalizas que incluso con frío germinan y crecen para llenar nuestras comidas del auténtico sabor de la tierra. Podemos plantar zanahorias, guisantes, perejil, berenjena y rabanitos.

FEBRERO



cada vez disfrutamos de más horas de luz, pero el tiempo aún es frío sobre todo por la noche. Podemos construir un pequeño invernadero para alojar semilleros con un universo de cultivos de primavera y verano. Podemos plantar semillas de calabacín, espinacas, acelgas, habas, tomates y pimientos.

MARZO



nuestros cultivos disfrutan de más horas de sol, pero es un mes con muchos cambios de tiempo, ¡entramos en primavera! por eso es importante proteger nuestros huertecitos. Podemos plantar perejil, canónigos, cilantro, tomates, lechugas, espinacas.

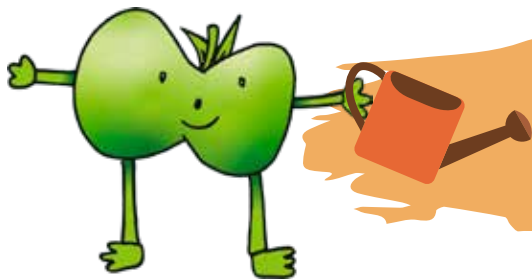
Consumes producto local?



La importancia de saber el origen de lo que se come. El producto local y de temporada contribuye a la sostenibilidad y ayuda a mantener nuestros entornos



Detrás de los productos locales está la dedicación y el alma de nuestros vecinos ganaderos, campesinos y pescadores que con su trabajo contribuyen también al cuidado de nuestros parajes.



seasonal

JANUARY

🍅 chard, garlic, artichoke, celery, eggplant, broccoli, zucchini, pumpkin, thistle, onion, red cabbage, cauliflower, endive, endive, spinach, pea, broad bean, lettuce, turnip, cucumber, pepper, leek, radish, cabbage, tomato and carrot.

🍌 avocado, persimmon, custard apple, raspberry, strawberry, kiwi, lemon, tangerine, apple, orange, pear, banana and grapefruit.

🐟 Sea bream, clam, sole, sea bream, hake, mussel, snapper, lemon fish, octopus, seabream, cuttlefish

FEBRUARY

🍅 Chard, garlic, artichoke, celery, eggplant, broccoli, zucchini, pumpkin, thistle, onion, red cabbage, cauliflower, endive, spinach, pea, broad bean, lettuce, turnip, cucumber, pepper, leek, radish, cabbage, tomato and carrot.

🍌 Avocado, raspberry, strawberry, kiwi, lemon, tangerine, apple, orange, pear, banana and grapefruit.

MARCH

🍅 Chard, garlic, artichoke, celery, eggplant, broccoli, zucchini, pumpkin, onion, red cabbage, cauliflower, endive, green asparagus, spinach, pea, broad bean, lettuce, turnip, cucumber, pepper, leek, radish, cabbage, tomato and carrot.

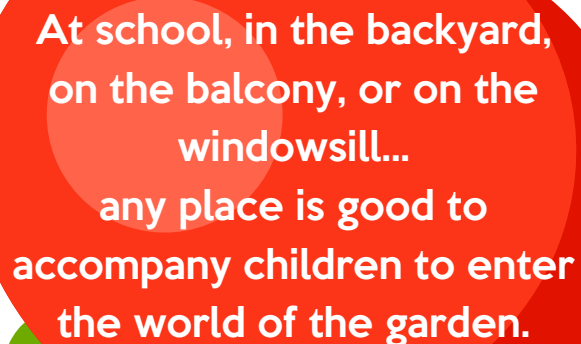
🍌 Avocado, raspberry, strawberry, kiwi, lemon, tangerine, apple, orange, medlar, pear, banana and grapefruit.

🐟 Sea bream, fine clam, anchovy, mackerel, sea bream, bluefin tuna, sole, maragota, scorpion fish, hake, razor, mussel, snapper, octopus, San Pedro fish, sardine, seabream, cuttlefish

🐟 Sea bream, fine clam, anchovy, mackerel, sole, maragota, sardine, sea bream, hake, mussel, snapper, lemon fish, octopus, seabream, cuttlefish

Local and seasonal products are the result of the commitment to care of the environment and the territory, that's why they are our protagonists

Girls and boys in the garden



At school, in the backyard,
on the balcony, or on the
windowsill...
any place is good to
accompany children to enter
the world of the garden.



JANUARY



is an ideal month to plant winter crops, vegetables that even with cold germinate and grow to fill our meals with the authentic flavor of the earth. We can plant carrots, peas, parsley, eggplant and radishes.

FEBRUARY



every time we enjoy more hours of light, but the weather is still cold especially at night. We can build a small greenhouse to house seedbeds with a universe of spring and summer crops. We can plant zucchini seeds, spinach, chard, broad beans, tomatoes, and peppers.

MARCH



our crops enjoy more hours of sunshine, but it is a month with many weather changes, we enter spring! That is why it is important to protect our little things. We can plant parsley, lettuce, coriander, tomatoes, lettuce, spinach.

do you consume local product?



The importance of knowing the origin of what you eat. Local and seasonal products contributes to sustainability and helps maintain our environments.



Behind the local products is the dedication and soul of our livestock neighbors, peasants, and fishermen who with their work also contribute to the care of our places.