



Berenjena de Almagro

POR LOS ESCENARIOS DE DON QUIJOTE



Molinos de viento en La Mancha.

PLANIFICA TU VIAJE



Guía Repsol

Ruta propuesta, 164 km. aprox.

- Mapa completo de la zona: pág. 57 E-3
- Información turística, hoteles y restaurantes: págs. 8 y 66
- Más información: www.guiarepsol.com
www.repsol.com

De Almagro a los pueblos y castillos de la Orden de Calatrava siguiendo los latidos del corazón de La Mancha.

Fachadas pintadas en blanco y añil, inmensas extensiones de viñedos y cereales, paisajes de llanuras infinitas de tierra roja y constantes referencias a El Quijote dondequiera que se mire. Así es La Mancha y así son los pueblos que viven de la berenjena. Para descubrirlos, lo mejor es comenzar por Daimiel, visitando el Parque Nacional de las Tablas. Lo que un día fue lugar de caza de Alfonso XII y de su hijo Alfonso XIII es hoy un bosque de juncos, enea, masiega y carrizo, entre los que asoman patos, garzas y ranas. En total, 250 especies de aves pueblan este humedal de casi 2.000 hectáreas, enclavado entre los términos municipales de Daimiel y Villarrubia de los Ojos. Hay que visitarlo bien equipados: cantimplora, en los meses de más calor, y prismáticos, en cualquier época del año. Son imprescindibles para poder observar de cerca hasta la última especie de la fauna.

Almagro, reflejada por Almodóvar

La carretera CM-4107, que lleva hasta el próximo destino, Almagro, está plagada de casas de labranza típicas encaladas hasta el tejado y molinos de viento bastante más modernos que aquellos a los que se enfrentó Don Quijote. Una imagen que el director de cine manchego Pedro Almodóvar ha sido capaz de reflejar a la perfección en sus películas. Almagro es un lugar que rompe con todo lo que hay alrededor. La ciudad es Conjunto Histórico-Artístico y cuenta con ese aliciente, además de tener la misma esencia manchega que cualquiera de los pueblos que la rodean.



Indicación Geográfica Protegida (I.G.P.)

RINCÓN DE LA BERENJENA DE ALMAGRO

Las berenjenas de Almagro son de una variedad propia del lugar.

El proceso de cocción, fermentación y aliñado es lo que hace que estas hortalizas tengan un sabor tan singular. Se recolectan antes de que hayan madurado demasiado, por lo que se almacenan aún pequeñas y cuando no han adquirido el color violáceo que las caracteriza.

Se preparan en conserva, cocidas y aliñadas con aceite, vinagre, agua, sal, pimentón, comino, una hoja de laurel, pimienta recién molida y ajo. Se sirven frías.

www.berenjenas.castillalamancha.es

Su componente principal es el agua, por lo que aporta poca energía. Contiene hidratos de carbono y proteínas y una inapreciable cantidad de lípidos. Rica en fibra, potasio y pequeñas cantidades de calcio y ácido fólico. Tiene antioxidantes como las antocianinas y flavonoides que previenen enfermedades cardiovasculares.

Fundación Española de la Nutrición