

**Proyecto de
cooperación**

Turismo Málaga

Calidad

Innovación

Sostenibilidad



Catálogo de productos de temporada

Valle del Guadalhorce





El Valle del Guadalhorce, conocido como el pulmón verde de Málaga, se extiende a lo largo de tierras fértiles bañadas por el río Guadalhorce y sus afluentes. Esta comarca ha sido testigo de siglos de tradición agrícola, destacándose por la producción de cítricos, aceitunas y almendras, productos que han modelado tanto su paisaje como su cultura.

Desde las huertas de limoneros y naranjos que perfuman el aire con el aroma del azahar hasta la elaboración de quesos artesanales con leche de cabra malagueña, el Valle del Guadalhorce ofrece una diversidad gastronómica enraizada en su historia y su tierra. A lo largo de sus pueblos, como Álora, Coín o Cártama, la riqueza de sus productos se conjuga con la tradición y la innovación, haciendo de esta comarca un lugar de referencia en la producción agroalimentaria.

Gracias a su clima mediterráneo, el Valle se erige como un paraíso para el cultivo de frutas y hortalizas, cuyos sabores frescos y auténticos se disfrutan tanto en la mesa como en los mercados.



Huerta del Guadalhorce



Desde el Grupo de Desarrollo Rural Valle del Guadalhorce (Málaga) fomentamos el consumo de frutas, verduras, y hortalizas de temporada, ya que **son más saludables, más económicos y más ecológicos.**

Calendario Frutas Temporada al aire libre

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
ACEITUNA	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	●	○
AGUACATE	●	●	●	●	●	●	○	○		●	●	●
ALMENDRA	○	○	○	○	○	●	●	●	●	●	●	○
ALBARICOQUE				●	●	●	●					
CEREZAS					●	●						
CAQUI									●	●	●	●
CHARONI										●	●	○
CHIRIMOYA			○						●	●	●	○
CHUMBO							○	●	●			
CIRUELA					●	●	●	●	○			
GRANADA								○	●	●	●	●
BREVA						●	○					
HIGO							○	●	●	●	○	
FRESA	●	●	●	●	●	●	○					○
LIMÓN	●	●	●	●	●	●	○	○	●	●	●	●
MANGO								○	●	●	●	○
MANDARINA	●	●	○						○	●	●	●
MANZANA							●	●	●	●	●	●
MELOCOTÓN					○	●	●	●	●	○		
MELÓN						●	●	●	●	○		
MEMBRILLO									●	●	●	
NARANJA	●	●	●	●	●	●	○	○		●	●	●
NECTARINA					○	●	●					
NÍSPERO				●	●	●						
NUECES	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	●	●
NUECES PACANAS	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
NÍSPERO DE INVIERNO											●	●
PERA						●	●	●	○	○		
SANDÍA						●	●	●	●	○		
UVA							●	●	●	●	○	

○ Mes con moderada producción

● Mes con intensa producción

Más saludables porque los alimentos son producidos en sus ciclos naturales y recolectados en su momento más óptimo de maduración, lo que hace que se conserven sus propiedades organolépticas y nutricionales.
 Más económicos porque al ser producidos en su temporada, no necesitan el consumo de grandes insumos (plásticos, agroquímicos...), con lo que su obtención es más barata.
 Más ecológicos porque al consumir menos recursos son más respetuosos con el medio ambiente.
 Por ello ten presente; por tu salud, el medio ambiente y tu bolsillo.

Consume alimentos de temporada

Huerta del Guadalhorce



Calendario de Verduras y Hortalizas Temporada al aire libre

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
ACELGA	●	●	●	●	○	○	○	○	○	●	●	●
AJO	○	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	
ALCACHOFA	●	●	●	○	○						○	●
APIO	●	●	●	○	○	○	○	○	○	●	●	●
BATATA	○	○	○	○					●	●	●	●
BERENJENA						●	●	●	●	●	○	
BRÓCOLI	●	●	●							●	●	●
CALABACÍN					●	●	●	●	●	●		
CALABAZA	○	○	○	○	○	●	●	●	●	●	●	○
CEBOLLA	○	○	●	●	●	●	●	●	●	●	○	○
CEBOLLETA	●	●	●	●						●	●	●
CHICHARO							●	●	●	●		
COL LOMBARDA	●	●	●	●	●	○	○	○	○	●	●	●
COL VERDE	●	●	●	●	●	●	○	○	○	●	●	●
COLES DE BRUSELAS	●	●	●	●	●							●
COLIFLOR	●	●	●	●	○					○	●	●
ESCAROLA	●	●	●	●						●	●	●
ESPINACAS	●	●	●	●	○					●	●	●
FIJONES									●	●	●	
GUISANTE	●	●	●	●	○						○	●
HABA	●	●	●	●						●	●	●
HINOJO	●	●	●	●	○					●	●	●
JUDÍA				●	●	●	●	●	●	●	○	
LECHUGA HOJA DE ROBLE	●	●	●	●	○				○	●	●	●
LECHUGA LOLLO ROSA	●	●	●	●	○				○	●	●	●
LECHUGA MALAGUEÑA	●	●	●	●	○			○	○	●	●	●
LECHUGA MARAVILLA				●	●	●	●	●	●	○		
NABO	●	●	●	○					○	●	●	●
PATATA	○	○	○	○	●	●	○	○	○	○	●	●
PEPINO					●	●	●	●	●	●		
PIMIENTO ASAR							●	●	●	●	●	
PIMIENTO VERDE					●	●	●	●	●	●	●	
PUERROS	●	●	●	●	●	○	○	○	○	●	●	●
RABANILLA	●	●	●	○	○					●	●	●
RÁBANO	●	●	●	○						●	●	●
REMOLACHA ROJA	●	●	●	●	○	○	○	○	○	●	●	●
ROMANESCO	●	●	●	○						○	●	●
RÚCULA	●	●	●	●	○	○			○	●	●	●
TOMATE						●	●	●	●	●	○	
TOMATE CHERRY						●	●	●	●	●		
ZANAHORIA	●	●	●	●	●	○	○	○	○	○	●	●

● Mes con **moderada** producción

● Mes con **intensa** producción

Cítricos

El Valle del Guadalhorce es bien conocido desde antaño es bien conocido desde antaño como el Valle del Azahar por sus inmensas huertas de cítricos a lo largo de toda la vega del río Guadalhorce y sus afluentes. El maravilloso olor del azahar y la belleza de esta flor hace que visitar las huertas durante la floración se convierta en todo un espectáculo.

El cultivo de los cítricos, conocido desde la Edad Media en el Valle del Guadalhorce, adquirió una importancia vital en la comarca durante la época contemporánea.

Es indudable que sin el impulso dado a la agricultura en este periodo, sería imposible imaginar las grandes extensiones hoy de naranjos y limoneros existentes en Álora, Pizarra, Cártama, Alhaurín el Grande o Coín.

Hablar hoy día de estas construcciones es hacerlo de una de las principales señas de identidad de la arquitectura rural del Valle del Guadalhorce. Como es obvio, su nombre se debe a que en ellas se llevaba a cabo el secado de las “cáscaras” de los cítricos, aunque también de otro tipo de productos como almendras, higos y tabaco.

Una vez están secas, las cáscaras eran transportadas para la extracción de pólvora.

El hecho de que esta materia prima necesitara transporte será clave para que estas construcciones conociesen su auge a partir de la llegada del ferrocarril, cuya primera línea en la comarca (Málaga-Álora) fue inaugurada en 1863. Desde entonces, los “cascareros” comenzaron a construirse en las proximidades de las estaciones de ferrocarril, además de en las zonas con grandes extensiones de cítricos.

El fin de estos productos no solo era la comercialización para el consumo directo, la exportación o los mercados locales tenían otra actividad complementaria: el secado de sus pieles en los “cascareros”.

Actualmente, los cítricos son una de las principales fuentes de riqueza en la comarca, en la campaña 22/23 tuvieron un impacto económico de más de 228 millones de euros para el Valle del Guadalhorce.

Son alrededor de **8.000 hectáreas** las que se cultivan de limones, naranjas y mandarinas en el Valle del Guadalhorce. De toda esta producción destacan las plantaciones de limones, la cual supone más del 50% del volumen de negocio total de cítricos en la provincia. El cultivo de cítricos constituye el pulmón verde del Valle del Guadalhorce debido a que **suponen un sumidero de carbono al fijar 153.237 toneladas de CO₂ al año, traduciéndose en el mercado de emisiones en 10.726.615 euros.**

LIMONES

La presencia del limonero, es especialmente destacable, ya que por la climatología que necesita, hace que seamos una de las pocas zonas europeas donde se producen limones. Las **principales variedades** son el **limón verna** y el **fino**, que nos permiten abastecer de este fruto tan apreciado en la cocina durante prácticamente todo el año.



En la Semana Santa de Málaga existe una tradición vinculada a los limones. En este período se puede comprar en puestos ambulantes limón cascarúo, una variedad grande de piel muy gruesa. La forma de comer este limón es quitar la cáscara y, una vez pelado, hacer pequeños trozos a los que se le echa sal o bicarbonato. El limón cascarúo está menos fuerte que el resto de variedades de este cítrico, aunque conserva ese sabor agrio que tanto gusta a sus amantes.

NARANJAS

Dentro del grupo de las naranjas encontramos una gran diversidad, desde naranjas de variedades más antiguas, como la "dulce o grano de oro" o la "berna" muy apreciadas por sus propiedades sensoriales, hasta las variedades más modernas. Esto permite tener una amplia oferta de cítricos durante prácticamente todo el año.





La naranja está **muy introducida en nuestra gastronomía**, utilizándose como ingredientes en postres, mermeladas o la elaboración de zumos. El plato más representativo es la ensalada malagueña donde se conjugan sabores agrídulces y salados, y que tiene a la naranja como uno de sus ingredientes protagonistas. Se trata de un plato elaborado con naranjas, patatas cocidas, aceitunas Aloreñas de Málaga, bacalao, atún, cebolla y aceite de oliva.

MANDARINA Y SUS VARIETADES

Las distintas variedades de mandarinas son la elección perfecta para quienes prefieren los cítricos menos ácidos y más dulces. Las mandarinas más habituales son las clemenules y las clemenvillas. Ambas se engloban en el grupo de las clementinas, aunque existen pequeñas diferencias entre ellas.

Las **mandarinas clemenules** son de tamaño grande y fáciles de pelar. Su pulpa es jugosa y tienen pocos huesos. Su relación acidez – azúcar es, posiblemente, la que la convierte en la mejor mandarina que existe hoy en día en el mercado para comer, haciendo que sea ideal para tomar como postre o en la merienda a cualquier edad. Las mandarinas clemenvillas también tienen tamaño grande, aunque pueden encontrarse algunas variedades más pequeñas. Son jugosas y fáciles de pelar y tienen un sabor un tanto agrídulce. Son muy apreciadas por su dulzor y especiales características organolépticas.

BENEFICIOS DE LOS CÍTRICOS

Los cítricos, como limones, naranjas y mandarinas, son ricos en vitaminas, minerales y fibras. Fortalecen el sistema inmunológico, mejoran el tránsito intestinal, previenen el cáncer de colon y eliminan toxinas. Las mandarinas, además, ofrecen beneficios antiinflamatorios, reducen el estrés y ayudan a controlar la hipertensión y el colesterol.



Aceituna

ALOREÑA DE MÁLAGA

Siglos de tradición atesoran el saber hacer de la Aceituna Aloreña de Málaga, desde su recogida manual hasta su aderezo con aliños típicos de la zona, pasando por su endulzado en salmuera.

La **Aceituna Aloreña de Málaga** fue la primera aceituna en España en obtener el sello de Denominación de Origen Protegida (DOP). Esto se debe, entre otras cuestiones, a la diferenciación del producto, su vinculación con su origen, y la tradición del proceso.

Cada año, la campaña se inicia en el mes de septiembre, y finaliza a mediados de octubre o principios de noviembre. La recolección se realiza de forma manual mediante la técnica de "ordeño", lo que permite seleccionar las aceitunas de mayor calibre y mejor aspecto. Posteriormente, en las industrias, son partidas y conservadas en salmuera.

La **denominación de origen incluye** tres estilos de elaboración: las Verdes Frescas, las Tradicionales y las Curadas.



La diferencia en el estilo de elaboración se basa en el tiempo de fermentación de las aceitunas, lo que originará diferentes colores, olores, aromas y sabores entre dichos estilos. Las **Verdes Frescas** se caracterizan por su intenso sabor amargo y a fruta fresca; las **Tradicionales** pierden parte del amargor característico y el aliño tiene una mayor presencia; por su parte las **Curadas** tienen una alta maduración con presencia de notas lácticas. Los tres estilos de elaboración tienen en común la facilidad de despegue del hueso y la textura crocante. Tras este proceso, totalmente natural y artesanal, son aliñadas con hinojo, tomillo, ajo y pimienta, típicos de la zona que le dan un característico aroma y sabor.

Debido a su elaboración, solo con salmuera, esta variedad de aceituna posee una alta composición nutricional, destacando lo siguiente: su alta proporción de ácidos grasos insaturados, con efectos cardioprotectores e hipotensores; una elevada concentración de fitoesteroles que ayudan a reducir el colesterol; aminoácidos esenciales que no pueden ser sintetizados por el organismo humano y son necesarios para el correcto desarrollo de diversas funciones del mismo. De igual forma, poseen una alta variedad de vitaminas (A, B6, C y E) y minerales (Fe, Mn, Zn, K, Ca, Na).

Tomate

HUEVO TORO

Se cultiva desde tiempos antiguos en el Valle del Guadalhorce, sus excelentes propiedades sensoriales lo convierten en el rey de la temporada de verano, ya que es un tomate que sabe a tomate, con todos los matices propios que solo el cultivo al aire libre le puede conferir, convirtiéndolo en todo un deleite para los sentidos. Es un tomate de gran tamaño, de forma acorazonada o achatada.

Su peso oscila entre los 300 a 600 gramos la unidad, aunque hay tomates que pueden estar por encima del kilo. Debe su color rojo intenso al alto contenido en licopeno, lo que le confiere un alto poder antioxidante. Presenta pequeñas estrías en la parte superior que marcan los hombros del tomate y dejan el pedúnculo inmerso. Es un tomate multilobular, con pocas semillas y un corazón muy carnoso no leñoso, lo que le otorga en boca una textura suave, carnosa y húmeda.

Elegante y redondo en boca con un equilibrio perfecto de acidez-dulzura y una persistencia media. De aromas ligeros a hierbas frescas. Por su alto contenido en agua y humedad es ideal para su consumo al natural en ensaladas, sopas frías o gazpacho.

Asimismo, debido a su textura carnosa y suavidad, también se adapta perfectamente a las diferentes técnicas de cocinado, enriqueciendo todos aquellos platos en los que se emplea. Su piel, es muy fina y delicada, lo hace muy sensible a los golpes, por lo que requiere una manipulación cuidadosa durante su recolección, envasado y comercialización. Este hecho contribuye a que principalmente podamos encontrar este tomate en tiendas de barrio de las zonas cercanas a su origen de producción, ya que no se adapta a las líneas de envasado de las grandes cadenas de distribución.



Lechuga

MALAGUEÑA

El cultivo de la “Lechuga Malagueña” se centra principalmente en las zonas de mayor abundancia de agua dentro del Valle del Guadalhorce, para ser más concretos en los municipios de Coín y Alhaurín el Grande, una zona de regadíos tradicionales de nuestra comarca, considerados de origen árabe.

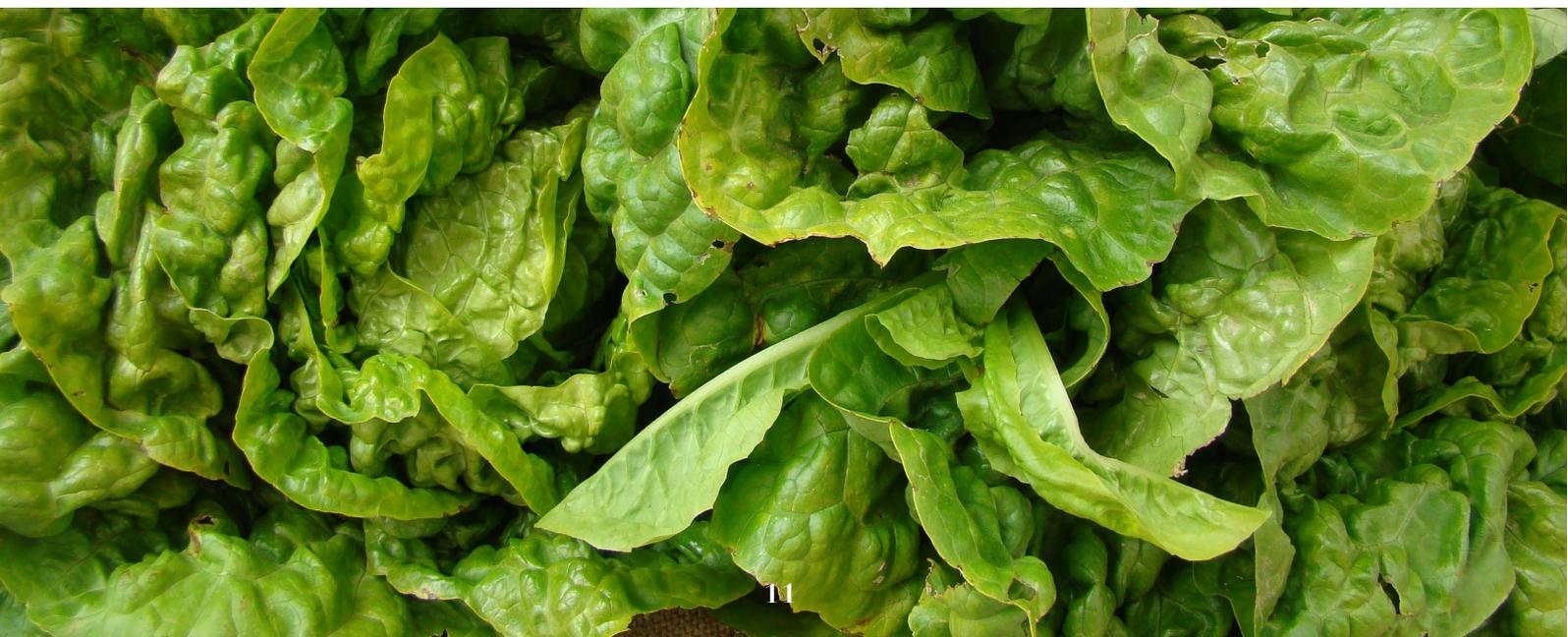
Es una lechuga fina con un marcado sabor suave y textura cremosa. Tiene un tamaño medio, con un cogollo bien marcado y protegido por una fila de hojas erectas y con bordes festoneados.

La intensidad de color hace que la lechuga malagueña se diferencie a su vez en dos tipos de variedades: la **lechuga blanca Malagueña**, cuyas hojas tienen un color de verde medio a claro muy brillante y la **lechuga morena Malagueña**, cuyas hojas tienen un aspecto brillante con un tono verde intenso.

Se trata de un alimento muy liviano ya que está compuesto en un 95% por agua. Presenta un elevado contenido en fibra y betacarotenos, además, contiene lactucinas lo que le confiere propiedades sedativas, tónicas y antitumorales.

En la zona, la forma típica de presentar la lechuga malagueña es **“lechuga con caldo”** en ensalada, pero que se come con cuchara, no con tenedor.

Para elaborar esta ensalada se corta muy finamente la lechuga, en láminas de apenas 0,5 cm, a las que se les añade aceite de oliva virgen extra, sal y limón al gusto, se revuelve y a continuación se agrega agua hasta que las hojas quedan flotando.



Almendra

Se cree que fue introducida por los fenicios, aunque fueron los árabes quienes más partido culinario sacaron de ella. De hecho, del antiguo Al-Ándalus han llegado muchas recetas de dulces y platos hasta nuestros días que tienen la almendra como principal ingrediente.

La cocina tradicional de la comarca del Guadalhorce y, por ende, la malagueña y andaluza, no se puede entender sin la almendra que se ha convertido junto al aceite de oliva y el vino, en uno de los productos mediterráneos con más arraigo.

De todas las almendras que se producen en la provincia de Málaga, la más apreciada y demandada es **la marcona**. Esta variedad, que es la más temprana en nuestra comarca del Guadalhorce, es caracterizada por tener un gran tamaño y una forma redondeada, siendo la más adecuada para la repostería.



De hecho, se considera la más delicada, pero también la más sabrosa. Las **larguetas** son más pequeñas y estrechas y suelen emplearse como aperitivos. La **comuna**, por su parte, que es el resultante de distintas variedades y se caracteriza por su versatilidad en la cocina. Por último, la **guara**, se caracteriza por ser más tardía en la floración.

La almendra es la base fundamental para la elaboración de multitud de productos de la repostería tradicional, así como de numerosos platos típicos como la **chafaina**, el **ajo blanco** o el **chivo lechal** con almendras.



Quesos

Gracias a las peculiaridades climáticas y orográficas **de la comarca**, se ha podido desarrollar y mantener a lo largo del tiempo una gran tradición de ganadería caprina, principalmente de cabra de raza Malagueña. Raza autóctona que aprovecha los pastos de nuestras sierras para producir una leche de gran calidad con características nutricionales excepcionales.

Además, **el ganado caprino** contribuye al mantenimiento adecuado de los montes. Actualmente, en nuestro territorio hay cuatro queserías que aseguran en todo momento la calidad de los productos que elaboran.

Los aromas, texturas y sabores de nuestros quesos son fruto de la unión de las recetas queseras tradicionales con el buen saber hacer de nuestros maestros queseros, dando

como resultado un queso de cabra gran calidad. Hay tres tipos de quesos: el fresco, el semicurado y el curado. Tanto para el primero como para el segundo se usa la leche pasteurizada, no así para el tercero que en ocasiones se realiza con leche cruda. El fresco se puede consumir tras su fabricación, en cambio el semicurado es sometido a un periodo de maduración de 30 días y el curado de unos 60.

El queso Malagueño de nuestra comarca del Guadalhorce es un producto blando o semiblando, de sabor muy agradable al paladar y con el olor característico propio de la leche de cabras Malagueñas en pastoreo; **Queso de coagulación enzimática** elaborado con leche cruda o pasteurizada de cabra, con un desuerado intenso en cuba y un prensado moderado. Se usan moldes con dibujo de la pleita y paños queseros.



Pan

El pan cateto de las localidades de Álora, Cártama o Coín es conocido en toda la provincia de Málaga por su sabor y, sobre todo, por la gran capacidad de conservación que posee. La elaboración de este pan es manual, por lo que es más lenta (puede superar las siete horas) y se basa en un procedimiento sin aditivos. Según los maestros artesanos, la clave está en elegir ingredientes de calidad, en dejar reposar la masa y en cuidar la cocción. Un buen pan artesanal se puede distinguir por su interior, ya que presenta la miga muy abierta e irregular.

El pan cateto del Guadalhorce es base, por otro lado, de platos de su gastronomía como la sopa de caldo "poncima", las sopas "hervías", las sopas "perotas", las sopas "aplastás" o las sopas "cachorreñas".



Embutido

SALCHICHÓN MALAGUEÑO

El reconocido 'salchichón de Málaga' surgió en el Valle del Guadalhorce, específicamente, en Cártama, donde se comenzó a producir siguiendo una receta de origen italiano. Sin embargo, el resultado fue tan único y delicioso que logró consolidarse como uno de los embutidos típicos de Málaga y del Valle del Guadalhorce.

Este embutido es elaborado con magro de cerdo y aderezado con sal, pimienta y otras especias según las costumbres de cada casa. Su textura, sabor y aroma se consiguen tras un corto proceso de maduración y curado.



MORCÓN

El morcón del Valle del Guadalhorce es un embutido tradicional que destaca por su elaboración artesanal y su sabor intenso. El morcón se elabora con carne de cerdo en trozos grandes y magros, lo que le da una textura más firme. Se trata de lomo envuelto en morcilla embutido, a su vez, en una tripa que le da su forma característica.

El proceso de cocción del morcón es más largo debido a su mayor grosor, lo que le permite desarrollar un sabor más profundo y concentrado. Este embutido es muy apreciado en la región, especialmente en celebraciones y reuniones familiares.



MORCILLA MALAGUEÑA

Es uno de los embutidos más emblemáticos de la región, conocida por su elaboración tradicional y su sabor rico y especiado. Este embutido se prepara principalmente con sangre de cerdo, a la que se le añaden ingredientes como cebolla, especias y, en algunas versiones, hierbas aromáticas locales.

La mezcla se embute en tripa natural y luego se cuece o se cura según la receta. En la gastronomía local, la morcilla es muy versátil, pues se puede consumir frita, a la parrilla o en guisos y potajes, aportando un sabor profundo y característico. Gracias a la tradición artesanal que aún se conserva en la zona, la morcilla del Valle del Guadalhorce mantiene su autenticidad y sigue siendo un producto muy valorado en la cocina malagueña.



Miel



Al hablar de la miel en el Valle del Guadalhorce se habla de miel de azahar, de tomillo, de romero, de eucalipto y de la miel de las mil flores. Son mieles que, además de aromáticas, son reconocidas por sus propiedades para la salud. Hay gran variedad de mieles donde elegir entre las distintas empresas pequeñas que hoy se dedican a extraerla de colmenas de forma tradicional y sostenible con el medio ambiente.

Es gracias a la rica y diversa flora que vegeta en el Valle del Guadalhorce por el que tenemos el lujo de consumir este producto tan exquisito.

La composición, el aspecto, el sabor, el color, etc. varían mucho dependiendo de las flores de las que proviene. Su origen, su valor energético y su fácil digestión influyen positivamente en la actividad física y mental, por su fácil asimilación.

Es indudable que la miel ha sido y es un ingrediente indispensable de la gastronomía de nuestra región y, actualmente, sus usos culinarios son innumerables, propiciando platos realmente exquisitos.

En repostería sobresalen delicias como los borrachuelos y pestiños, las gachas dulces con miel, los roscos de miel, o un exquisito postre de queso de cabra malagueña, acompañado de nueces y miel.



Repostería

La almendra, el aceite de oliva, la harina, los huevos y la miel son los protagonistas estelares de la repostería tradicional del Valle del Guadalhorce, donde la influencia de las distintas civilizaciones que han trazado nuestra historia, han ido aportando su nota de color y sabor. Es especialmente reseñable la aportación que los árabes tuvieron sobre nuestra repostería y las sinergias que existen entre los dulces típicos de esta cultura y los de nuestra comarca, con la presencia de la almendra, los higos y la miel en muchos de ellos.

Si algo caracteriza a nuestra repostería tradicional es la amplia gama de productos que podemos encontrar, tales como tortas de aceite, los roscos de puerta horno de Alora, los rosquetes de huevo y rosquillas de ochío de Coín, bollos de aceite de Alhaurín, las tortas de Cártama o las rosquillas de garbanzo de Almogía, muchos de ellos vinculados a fiestas, como la Navidad, la Semana Santa o los Santos.



BOLLOS DE ACEITE

Los bollos de aceite son una delicia tradicional de Alhaurín El Grande, con un sabor entrañable y una forma única que los distingue de otros bollos similares.

Este dulce, que tiene raíces en la repostería árabe, se elabora con ingredientes básicos de la dieta mediterránea como la harina candeal y el aceite de oliva virgen extra.

Crujientes y dorados gracias a la caramelización del azúcar, son perfectos para disfrutar en desayunos y meriendas. Aunque en el pasado solo se hacían en invierno, hoy se pueden encontrar durante todo el año en los obradores locales.

TORTA CARTAMEÑA

Originalmente llamada torta de ajonjolí, esta delicia fue renombrada a torta cartameña en 1994 durante la Feria de los Pueblos de Málaga. La receta tradicional incluye ingredientes como harina, azúcar, huevos, avellanas, almendras, manteca de cerdo y ajonjolí.

La torta cartameña goza de popularidad entre varias generaciones de vecinos de Cártama y localidades cercanas como Málaga, Alhaurín de la Torre, Villafranco del Guadalhorce y Estación de Cártama.



ROSQUETE DE MIEL

El rosquete de miel de Coín es un postre que se ha transmitido de generación en generación. Son especialmente populares durante las festividades y celebraciones, como la Semana Santa y las fiestas patronales.

Estos dulces son conocidos por su textura crujiente y su sabor dulce y aromático, gracias a la miel que los recubre.

ROSQUILLAS DE OCHÍO

Se suelen preparar durante las festividades locales de Coín, como la Semana Santa y/o las fiestas patronales, aunque también se disfrutan durante todo el año como un acompañamiento perfecto para el desayuno o la merienda.

Entre sus ingredientes para la masa de ochíos encontramos arroye, miel, almendra molida, matalauva molida, canela, ajonjolí, etc. mientras que para la masa blanca tenemos azúcar, manteca y harina.



Agricultura

ECOLÓGICA DEL VALLE DEL GUADALHORCE

La agricultura ecológica en el Valle del Guadalhorce no es solo una práctica agrícola, es una auténtica forma de vida que conecta a las personas con la tierra, respetando los recursos naturales y promoviendo la sostenibilidad. Nuestra comarca ha sabido combinar su rica tradición agrícola con un profundo compromiso por el medio ambiente, convirtiéndose en un modelo de referencia en la producción de alimentos saludables y de calidad en toda Andalucía.

El Valle del Guadalhorce destaca como un territorio donde se entrelazan tradición e innovación. La existencia de variedades locales, cuidadosamente adaptadas al entorno durante generaciones, refleja nuestra riqueza agrícola y cultural. Estas variedades no solo ofrecen productos frescos, nutritivos y de sabor inigualable, sino que también fortalecen la identidad de nuestra huerta y la resiliencia de nuestros ecosistemas.



En la comarca predominan los métodos de cultivo extensivos que respetan los ciclos naturales del suelo, fomentando así la biodiversidad y regenerando los ecosistemas locales. Estas prácticas tradicionales, heredadas de generación en generación, han sido fundamentales para construir un modelo de producción sostenible, en el que lo auténtico y lo natural se combinan para garantizar alimentos de alta calidad que llegan directamente del campo a las mesas más exigentes.

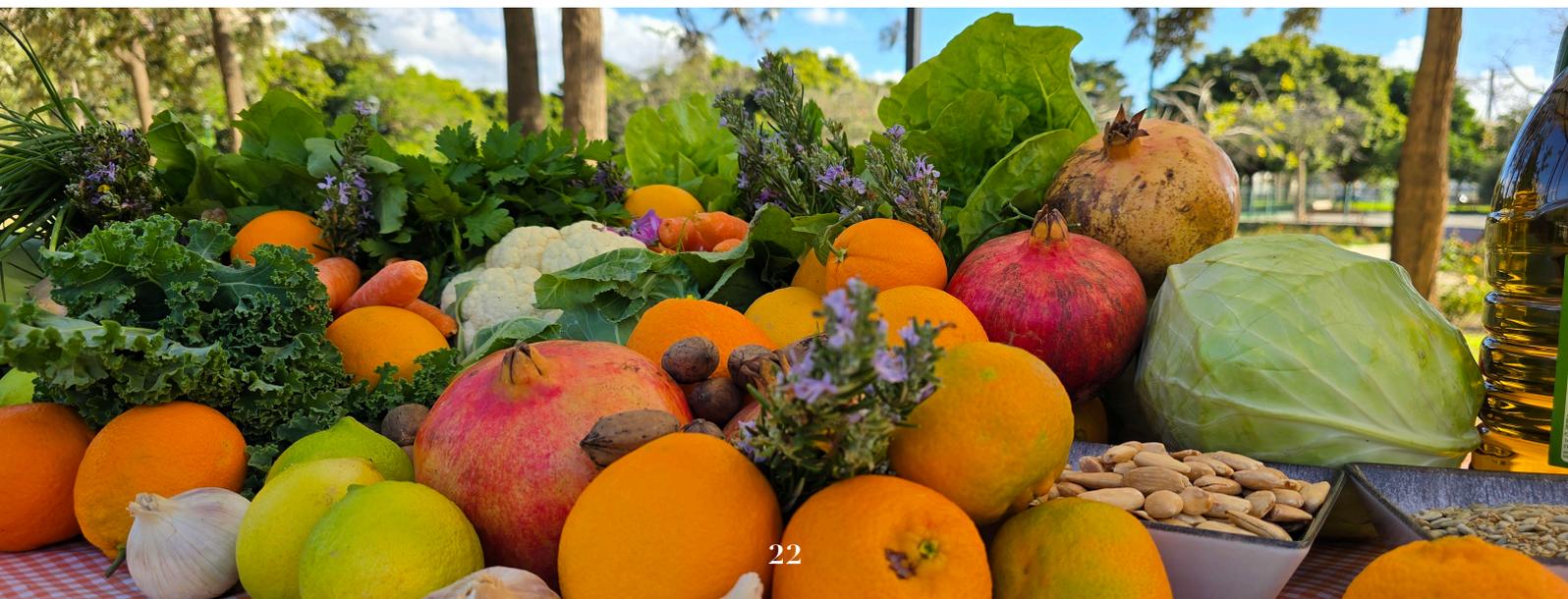
La huerta del Valle del Guadalhorce es un mosaico de cultivos que refleja la diversidad y riqueza de nuestro entorno. Si bien los cítricos son los protagonistas indiscutibles, nuestra oferta incluye una amplia variedad de frutales, como peras, ciruelas y albaricoques, además de un extenso surtido de hortalizas como tomates, pimientos, berenjenas, lechugas y habichuelas.

En los mercados ecológicos, nuestros alimentos destacan por su calidad, autenticidad y trazabilidad, atributos que nos posicionan como líderes en la producción ecológica. Actualmente se cuentan con aproximadamente 6.000 hectáreas, divididas en 1600 operadores.

El resultado es una agricultura que cuida del planeta, al tiempo que preserva nuestra herencia agrícola y garantiza un futuro sostenible para las nuevas generaciones.

BIODISTRITO GUADALHORCE

El Valle del Guadalhorce no solo es un referente en agricultura ecológica, sino que avanza hacia un modelo integral y colaborativo de desarrollo sostenible mediante la implementación de un Biodistrito, donde productores, ciudadanía, operadores turísticos, asociaciones y administraciones públicas trabajen juntos para gestionar de forma sostenible los recursos locales. El biodistrito Guadalhorce promueve un modelo de consumo de proximidad basado en principios ecológicos, fortaleciendo la economía local y reduciendo la huella ambiental. Este enfoque permite que los productos de la huerta del Guadalhorce, reconocidos por su calidad y frescura, sean accesibles tanto para la población como para los visitantes de la Costa del Sol y Málaga a través de mercados locales y pequeño comercio.





Catálogo de productos de temporada

Valle del Guadalhorce

GRUPO DE DESARROLLO RURAL VALLE DEL GUADALHORCE

📞 952 48 38 68

✉️ @gdrguadalhorce

🌐 www.valledelguadalhorce.com

✉️ info@valledelgualhorce.com

📍 C. Caña, s/n, CP 29569 Cerralba, Málaga