

## RETO 3 ALIMENTOS LOCALES A LA MESA



### ¿CÓMO CONTRIBUYE CONSUMIR ALIMENTOS LOCALES A DISMINUIR EL DESPILFARRO ALIMENTARIO?



Son muchos los **beneficios** de consumir alimentos locales:

- ▶ al reducir la distancia que recorren, la contaminación y el consumo de combustibles es menor;
- ▶ se reduce también la energía empleada en su almacenamiento;
- ▶ se apoya a las personas productoras locales y se contribuye a la economía local;
- ▶ se protegen las variedades locales y razas autóctonas y la biodiversidad;
- ▶ además son más frescos y ricos en nutrientes al reducirse el tiempo entre recolección y consumo, por tanto, se recogen en su momento óptimo.

Pero además, la manera en que nos relacionamos con nuestros alimentos forma parte de **nuestra identidad**. La tan afamada gastronomía vasca no se entiende sin su vinculación a nuestra tierra, a las personas que en Euskadi dedican al sector primario: **baserritarras, arrantzales, neskatilas, rederas...**

Pero, si tan importante es para la ciudadanía de Euskadi la comida, ¿por qué un tercio de los alimentos en los hogares de Euskadi terminan en el cubo de la basura? No sólo desperdiciamos comida, sino todos los recursos utilizados para cultivarla, procesarla, transportarla y comercializarla. Como dice la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO): “Respetar la comida significa apreciar la historia que hay detrás de los alimentos”.

En este **tercer reto** te ayudamos a **INCORPORAR LOS ALIMENTOS LOCALES A TU MESA Y A DARLES SU VERDADERO VALOR**. Porque saber qué alimentos y en qué época del año se producen en Euskadi, conocer cómo se producen y quiénes son las personas que trabajan en los campos y mares para poner esos alimentos a nuestra disposición, son maneras de reconocer su trabajo y lo que con ello generan, y de dar importancia a los alimentos **PARA DISMINUIR SU DESPILFARRO**.

Además, consumir alimentos de cercanía permite contar con plazos más cortos de abastecimiento según se va terminando el producto. Eso disminuye la necesidad de contar con grandes cantidades almacenadas, lo que reduce la probabilidad de que los alimentos se acaben estropeando.

## ¿CÓMO HACERLO?

Conocer e incorporar alimentos locales es fácil. Seguro que al lado de tu casa tienes un establecimiento o un mercado en el que venden producto local, o se celebra alguna feria especial. Y si no, siempre queda la opción de recurrir a las nuevas tecnologías para comprar, también alimentos locales, desde la comodidad de tu hogar.

### *Agenda ferias/mercados*



Nuestras ferias y mercados son mucho más que meros “puntos de venta”. Durante todo el año, los productos de nuestros/as **baserritarras y productores/as** están al alcance de nuestras manos. Y son ellos/as quienes mejor pueden **asesorarnos en la compra**, en el uso del alimento, los que mejor pueden informarnos de su origen, de su sistema de producción, **de cómo cocinarlo, conservarlo o aprovecharlo** mejor. Además, acercarse a uno de estos mercados y conocer su trabajo es una de las mejores maneras de demostrar el reconocimiento y apoyo que les damos.

**Para estar al tanto de todas las ferias y mercados que se celebran en Euskadi, y también de otras actividades relacionadas con el medio rural y litoral, puedes consultar la agenda de Nirea: <http://www.nirea.eus/es/agenda-nirea>**

## INICIATIVAS DE VENTA DIRECTA

Aparte de la venta en ferias y mercados que has visto en el apartado anterior, existen otras formas de venta directa de alimentos. La tecnología actual nos permite realizar pedidos a través del teléfono o por Internet y recogerlos en un punto de reparto o, incluso, que nos los lleven a casa.

En el siguiente enlace puedes encontrar diferentes iniciativas de productores/as, empresas o colectivos que te permiten comprar alimentos de Euskadi desde tu casa:

<http://www.nirea.eus/es/saborea-nuestros-productos/escaparate-de-tiendas-online>

## SELLOS, CERTIFICADOS DE CALIDAD Y DENOMINACIONES DE ORIGEN



### Alimentos Ecológicos de Euskadi

<https://www.ekolurra.eus/>

La agricultura ecológica, biológica u orgánica es un sistema de producción de alimentos. Su objetivo es el mantenimiento y la mejora de la fertilidad natural de la tierra, la salud de los ecosistemas y de las personas.

La entidad encargada de certificar los Alimentos ecológicos de Euskadi es **EKOLURRA** (Consejo de Agricultura y Alimentación Ecológica de Euskadi)



### Eusko Label

<https://euskolabel.hazi.eus/>

Es una marca de garantía que sirve para identificar y distinguir aquellos productos agroalimentarios producidos, transformados y/o elaborados en Euskadi con una calidad o singularidad superior.



### Euskal Baserri

<https://www.euskalbaserri.com/>

Euskal Baserri es una marca de garantía de origen que identifica las frutas, verduras, legumbres y hortalizas del País Vasco.



### Euskal Okela

<https://euskolabel.hazi.eus/es/eusko-label/productos-eusko-label/carne-de-vacuno-del-pais-vasco>

La carne identificada con el distintivo de Euskal Okela procede de animales nacidos y criados en los caseríos de Euskadi, controlados en todas las fases de su vida y seleccionados por su calidad en los mataderos autorizados.



### Pimiento de Gernika

<https://euskolabel.hazi.eus/es/otros-distintivos/pimiento-de-gernika>

El Pimiento de Gernika con Eusko Label es un pimiento de variedad autóctona que se produce en el País Vasco y que se caracteriza por su pequeña longitud, su pedúnculo estrecho y alargado y su color verde intermedio. Se comercializa en envases de dos docenas identificados con una etiqueta numerada de control con el símbolo Eusko Label.



### Bonito del Cantábrico del País Vasco

<http://euskolabel.hazi.eus/es/etiquetado-y-trazabilidad/79-general/5265-bonito-del-cantabrico-del-pais-vasco>

La marca de garantía "Bonito del Cantábrico del País Vasco" parte de seis empresas con sede en Ondarroa, Berriatua, Markina, Mutriku y Zumaia y certifica que el bonito procede de nuestras aguas, que toda su elaboración ha sido realizada con métodos tradicionales en empresas conserveras locales y que reúne características de la más alta calidad.



### Anchoa del Cantábrico del País Vasco

<https://euskolabel.hazi.eus/es/otros-distintivos/anchoa-del-cantabrico-del-pais-vasco>

Distingue las conservas de anchoa pescados por nuestros arrantzales y elaborados siguiendo métodos tradicionales



### Idiazabal

<https://www.quesoidiazabal.eus/>

La Denominación de Origen Idiazabal nació en 1987 para defender el mercado, reservado para el conjunto de auténticos elaboradores/as de queso Idiazabal, y garantizar a las personas consumidoras su origen (País Vasco y Navarra) y calidad.



### Arabako Txakolina / Txakoli de Álava

La DO Arabako Txakolina-Txakoli de Araba se estableció en 2001 y distingue el txakoli que se produce en el Valle de Ayala.



### Bizkaiko Txakolina

<http://www.bizkaikotxakolina.org/>

La DO Chacolí de Bizkaia – Bizkaiko Txakolina nació en el año 1994 con el objeto de dar a conocer, valorizar y amparar este vino ancestral, fruto de la viticultura atlántica de variedades autóctonas y del buen hacer de nuestros case- ríos.



### Getariako Txakolina

<https://www.getariakotxakolina.eus/>

El Txakoli de Getaria fue reconocido como Denominación de Origen con el nombre de Getariako Txakolina en 1989. Certifica que las uvas son autóctonas, y que se ha seguido una cuidada elaboración y un control de calidad.



### Vinos de Rioja Alavesa

<https://www.riojaalavesa.com>

Rioja Alavesa es una subdenominación dentro de la D. O. Calificada Rioja, que produce vinos con carácter y personalidad propia debido a sus elementos naturales diferenciados: los viñedos, el saber hacer de los viticul- tores y bodegueros.



### Cava

<http://www.docava.es/>

Hoy en día es posible encontrar vinos espumosos de la De- nominación de Origen Cava elaborados por bodegas de Rioja Alavesa.



### Euskal Sagardoa

<https://euskalsagardoa.eus/>

Las sidras con Denominación de Origen Euskal Sagardoa – Sidra Natural del País Vasco están elaboradas exclusiva- mente con manzanas autóctonas. La Fundación HAZI cer- tifica todo el proceso, desde los manzanales hasta el embo- tellamiento.

## SUMA TUS PROPIAS EXPERIENCIAS

En la web [www.zerodespilfarro.eus](http://www.zerodespilfarro.eus) iremos publicando mes a mes las herramientas, talleres, etc. y cualquier otra iniciativa para pasar a la acción contra el despilfarro alimentario que nos hagáis llegar.

En la web de Nirea [www.nirea.eus](http://www.nirea.eus) pondremos el foco en el valor de los alimentos y de nuestro sector primario: publicaremos información sobre nuestros baserritarras, alimentos de temporada, mercados locales, experiencias en el medio rural...¡Forma parte!

### #Odespilfarrourtea

Sigue todo lo que pase alrededor del reto con el hashtag **#Odespilfarrourtea** y específico que elijas; y utilízalos tu también para visibilizar tus iniciativas a través de las Redes Sociales.

