

# Arándanos, una reciente e intensa historia en Villanueva de Cameros



Por Ana del Castillo Alonso  
 Villanabia, Todo surgió como de la nada.... Villanueva y anabias, una buena fusión.

Cultivar anabias, tal y como os contamos en ediciones pasadas ha sido un proyecto enfocado a experimentar con un cultivo alternativo en una zona que contaba con los requerimientos de altura y temperatura, aparentemente propicias para el buen fin que perseguíamos. Desgraciadamente precisábamos de un suelo ácido para el desarrollo de nuestras plantas, problema que solventamos con el cultivo experimental en macetones.

Cuatro años después, se puede apreciar al visitar la explotación, que las plantas se han ido desarrollando con un aspecto y vigor perfectos. En cuanto a las cosechas, siempre por culpa de agentes externos, nuestros amigos los tordos, las tormentas con sus granizos primaverales y las heladas de finales de abril, no se ha podido contar con grandes producciones, además de tener en cuenta la juventud de las plantas.

Aun así el verano pasado pudimos ofrecer a todo aquel que se interesó unas cajitas para que degustaran el exquisito fruto que pudimos recolectar al finales de agosto.

Fue muy agradable compartir con todas aquellas personas que se acercaron al mercadillo de Pradillo unos trocitos de tarta de queso con anabias. Nos sorprendió sobremanera la cantidad de consumidores habituales que tiene esta fruta, pero sobre todo el gran cariño y acogida que tuvimos como nuevos emprendedores de la zona, en concreto de Villanueva. Eso sí que nos llenó de orgullo. Y por fin saboreamos el éxito de nuestro primer objetivo: “colaborar con la promoción y puesta en valor de nuestro pueblo”.

Confiamos en poder seguir aportando nuestro granito de arena. Este año, si el tiempo lo permite, podremos volver a contar con algunos kilillos de fruta para repartir entre todos, disfrutar de



### NUESTROS ARÁNDANOS

El arándano, o anabia como se conoce en nuestro pueblo, ha crecido siempre de forma silvestre en los montes que rodean Villanueva de Cameros. La altura (sobrea 914 metros sobre el nivel del mar), el tipo de suelo, la humedad y las temperaturas son idóneas para el crecimiento de estos frutillos.

Así, tras la elección de variedades más indicadas para el consumo, iniciamos nuestra andadura con el objetivo de lograr ofrecer arándanos de la máxima calidad posible destinados al consumo tanto natural como elaborado en sus diferentes posibilidades.



### BENEFICIOS NATURALES

- GRAN PODER ANTIOXIDANTE: fundamental para mantener la salud de corazón. Previene diabetes y combate la anemia.
- CONTIENEN FLAVONOIDEOS Y TANINOS: buenos para la memoria y retardantes del envejecimiento celular. Tienen también propiedades anticancerígenas.
- ALIMENTO LIBRE DE GRASAS Y SODIO y frmo para infecciones.
- CONTIENEN MINERALES Y VITAMINAS: manganeso, vitaminas C y D, etc... que protegen nuestros ojos.



### APLICACIONES

- Podemos consumirlos frescos o congelarlos, desecarlos, prensarlos, en zumo o gelatina.
- Son excelentes para elaborar mermelada o zumo. Suelen tomarse para el desayuno, mezclada con yogur y cereales. Perfecto para postres. Las combinaciones con otras frutas (frutos rojos, como fresas, frambuesas o grosellas, o elegir un contraste con mango, manzana o piña).
- De forma aún más elaborada podemos hacer sabrosos helados, cremas, salsas e incluso licores.
- Es un complemento fantástico para ensaladas.

## Propiedades de los arándanos

