

Disfrútalos, Regálalos

El melón regional llena de color los campos y de dulzor nuestras mesas

El melón de la Mancha es el conocido como Piel de Sapo. Un fruto muy apreciado por el dulzor, la alta jugosidad y la escasa fibrosidad de su carne. Al igual que la berenjena, es un legado de los árabes



Ya sea solo o acompañado de un buen jamón de nuestra región, el melón es un producto sano y delicioso.



El melón de nuestra región es de la variedad Piñonet, conocido como Piel de Sapo.

TEXTO: REDACCIÓN

El melón es una fruta imprescindible en las mesas de nuestra región. De un tiempo a esta parte y gracias a los avances en la agricultura, se puede comer un gran melón durante prácticamente todo el año.

La zona de producción, acondicionamiento y envasado del melón está situada en la comarca natural de La Mancha, junto al Alto Guadiana, a más de 600 metros de altitud sobre el nivel del mar, en el

sector nororiental de la provincia de Ciudad Real.

El melón piñonet o piel de sapo es uno de los cultivos sociales hortícolas característico de la comarca. Su cultivo constituye un buen complemento para las explotaciones familiares agrarias, cuyos ingresos principales proceden principalmente de la viña y los cereales. Muy probablemente, el cultivo del melón fue introducido en La Mancha por los árabes. En el siglo XI los hortelanos tenían mala fama entre los castellanos viejos, por ser una profesión des-

empeñada mayoritariamente por moriscos.

Un melón para proteger

La Indicación Geográfica Protegida sólo se aplica a melones de categoría I*, con un contenido en azúcar mínimo de 11° Brix ($\pm 0,5^\circ$) y un peso unitario comprendido entre 1,8 y 4 Kg. Está IGP entró en vigor el 15 de noviembre de 2011 aunque el melón manchego estaba protegido desde 2005. Comprende las localidades de Alcázar de San Juan, Arenales de San Gregorio, Argamasilla de Alba, Cam-

po de Criptana, Daimiel, Herencia, Llanos, Manzanares, Membrilla, Socuéllamos, Tomelloso, Valdepeñas y Villarta de San Juan.

Hasta hace una década, España era el país que mayor toneladas de melones exportaba mundialmente. Sin embargo, la exportación a nivel mundial ha crecido y países como Estados Unidos, Francia, Ecuador y Colombia, la encabezan ahora.

Beneficio total

El mayor beneficio del melón es ser una fruta sumamente hidra-

tante: gracias a la disolución de minerales que tienen el agua del melón se le atribuyen propiedades remineralizantes e hidratantes. Es ideal para tomárselo como almuerzo tras largas horas de sol. También ayuda notablemente al correcto funcionamiento de los riñones con sus propiedades diuréticas, ayudando en casos de insuficiencia renal e incluso, por su carácter alcalinizante, en casos de padecer cálculos renales y arenillas.

En nuestra región podemos presumir de un gran melón. ♦

RAVIOLIS DE MELÓN CON QUESO

INGREDIENTES:

- 2 lingotes de melón
- 250 g de mezcla de gorgonzola y mascarpone
- 1 puñado de rúcula
- 1 puñado de maíces fritos
- 20 g de azúcar
- Aceite de oliva
- sal
- Cebollino picado

Receta extraída de:
www.hogarutil.com



ELABORACIÓN:

Pon la rúcula en el vaso de la batidora. Añade una buena cantidad de aceite de oliva suave. Tritura y cuélalo..

Con ayuda de la mandolina, corta laminas finas de melón. Coloca un trozo de queso sobre cada tira de melón y envuélvelas dándoles forma triangular. Pon un poco de azúcar sobre cada ravioli de melón y caramelízalos con un soplete..

Machaca un poco los maíces fritos.

Pica finamente el cebollino y haz 4 montoncitos en un plato. Coloca un ravioli sobre cada montoncito, y condiméntalos con unos cristales de sal. Esparce por encima los maíces. Riega con el aceite de rúcula y sirve.