Coñecendo a realidade dos produtores/as da túa comarca

Coa divulgación desta guía Amigos da Terra pretende dar a coñecer iniciativas de produción local e ecolóxica na provincia de Ourense.

Son experiencias de venda directa en mercados, a domicilio, en pequenas tendas ou cooperativas onde atoparemos produción local e de tempada.

Esta guía pretende achegar esta información a aquelas persoas interesadas no consumo dunha produción limpa de alimentos, que valoran a calidade, o sabor e o bo facer dos/as labregos/as da nosa terra.

Porque creemos que da túa decisión depende a túa saúde e a saúde da terra, pero tamén o futuro de labregos e labregas.

achégate á terra

grupos de consumo

Semente
Ourense
www.semente.info

Agrelar
Allariz
www.agrelar.net

O Grelo Verde
Verín
greloverde@gmail.com
636 283 778

A Landra
O Carballiño
lupitos86@hotmail.com
666 983 182

contacto e puntos de venda

Terra de Baronceli
Hortalizas, verduras e froita
Verín
juandevenin@terra.es
699 897 339

A Sazón
Lidia Milleker e Cristina Bárbara
Froita e tramelladas de froita
Castro Caldelas
asazon1@yahoo.com
689 317 957 | 988 203 677

Amorosce
Laura e Jose
Hortalizas, verduras e froita
Casal do Bispo - Vilera
amorosce@outlook.com
657 320 086 | 988 430 969

Daiquí
Hortalizas, froita e mel
Rairiz de Veiga
pedidos@daiqui.com
988 302 171

Taco Cuito
Hortalizas e froita
Terras de Celanova
tbalonado@yahoo.es
653 942 615

Maurício e Ayala
Hortalizas, verduras e froita
O Carballiño
caballomau@hotmail.com
649 248 314

Ecomeben
Hortalizas, mel
Allariz
ecomeben@gmail.com
618 119 481

Pan do Demo
Cogumelos
A Merca
pandodemo1@gmail.com
651 014 225

Pecado de outono
Anabel Dacosta
Marmelos e castañas
Ríos
anabelbiloga@hotmail.es
659 499 570

We are organic
Hortalizas, verduras e froita
San Amaro
lagardesabanz@lagardesabanz.com
619 494 720

Produtores/as de venda directa e grupos de consumo na provincia de Ourense

coñece aos produtores/as da túa comarca

Apoia o labor de quen traballa por unha alimentación saudable achegándote aos seus puntos de venda.

Fai a túa compra en mercados ou tendas pequenas, onde ainda podes atopar produto fresco e de produción local.

Coñece e participa dalgún grupo ou cooperativa de consumo existente na túa comarca.

Infórmate de cales son os cultivos de tempada e sorprende con novos xeitos de cociñalos.

Anímate a cultivar a túa propia horta e redescubre o gusto polo sinxelo.

Achégate a terra, apostando por un consumo cada vez máis consciente e respectuoso.

Amigos da Terra

Amigos da Terra ten como misión o fomento do cambio local e global cara a unha sociedade máis respectuosa co medio ambiente, xusta e solidaria.

Atoparás información actualizada de productores/as e puntos de venda doutras comarcas de Galicia en

www.amigosdaterra.net

Financiado por

Concello de OURENSE Medio Ambiente

Impreso en papel reciclado e 100% libre de cloro

co seu consumo contribúes a:

Mellorar os teus hábitos alimentícios e a túa saúde ao consumir produtos máis frescos, sabrosos e de calidade.

Apostar por unha produción limpa e saudable de alimentos.

Conservar o planeta, ao reducir as emisións de gases contaminantes, eliminar pesticidas, agrotóxicos e produtos de síntese química empregados no cultivo intensivo e na distribución de alimentos industriais.

Manter e fixar emprego no rural, xerar economía local e incentivar a relación directa consumidor - productor.

Preservar a calidade da auga, do solo e do aire.

Conservar a paisaxe e manter a biodiversidade local.

produtos de tempada, ecolóxicos e locais

na túa mesa

guía para o consumo de produtos ecolóxicos e locais

bos alimentos

Amigos da Terra

produtos de tempada, ecolóxicos e locais

cando atopalos?

inicio e remate tempada · plena tempada

froitas

	xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
	xul	ago	set	out	nov	dec
ameixa						
amorodo						
avelás						
caqui						
cereixa						
figo						
kiwi						
laranxa						
limón						
mazá						
melón						
níspero						
noces						
pera						
péxego						
sandía						
uva						

verduras

	xan	feb	mar	abr	mai	xuñ
	xul	ago	set	out	nov	dec
acelga						
achicoria						
allo						
allo porro						
allo tenro						
apio						
berenxena						
beterraba (remolacha)						
brécol						
cabaciño						
cabaza						
cebola						
cebola tenra						
cenoura						
chícharo						
cogombro						
col bruselas						
col lombarda						
couve-flor						
escarola						
espinafre						
espinafre alta						
faba loba						
feixón						
garvanzo						
leituga						
lentella						
nabos						
pataca						
pemento						
rabanito						
repolo						
tomate						
tirabeque						
xudía						

produto ecolóxico e local

bos alimentos na túa mesa



Amigos da Terra

Concello de OURENSE Medio Ambiente