

|PROMOCIÓN DE 'LA VERDAD'| EL MUNDO DE LAS ESPECIAS |

# La botica más natural y sabrosa al alcance de todos

**Las propiedades medicinales** de estos condimentos son muy apreciadas

También pueden actuar como **potentes y sutiles afrodisiacos**

G. HERMIDA CARTAGENA

A través de nuestro sentido del gusto, los humanos somos capaces de distinguir sólo cuatro sabores básicos: dulce, amargo, agrio y salado. Cualquier otro no es más que una combinación en distintas graduaciones de este repertorio básico. Pese a ello, nuestro arte culinario ha alcanzado una alta sofisticación y, hoy en día, la cocina más novedosa y elaborada juega con contrastes fuertes de sabores, con combinaciones imposibles.

Y gran parte de este mérito cabe atribuirselo a las especias. El salto cualitativo experimentado por la gastronomía desde finales del siglo XVIII va ligado íntimamente a la extensión del uso

de las especias en Europa. Sin embargo, hay otra faceta del mundo de las especias que en los últimos años ha venido experimentando un notable auge: la de sus propiedades medicinales.

Canela contra la acidez de estómago, jengibre para reducir los gases y orégano para lavar heridas son sólo ejemplos puntuales de cómo las especias son utilizadas como medicinas naturales. Por lo general, añadir especias (siempre en dosis aceptables) a nuestras comidas, sobre todo si en ellas participan de manera generosa las grasas, facilita sobremanera su digestión y la absorción del alimento por el cuerpo.

## Valores demostrados

Las investigaciones médicas han reconocido también el valor preventivo de ciertos tipos de cáncer que tiene el sésamo, y en nuestra Región la amplia presencia del pimentón habrá reducido en mucho la incidencia de la diarrea, la gota y los dolores de muelas.

Los estudiantes tienen en el romero a un gran aliado, y ya los griegos lo utilizaban en coronas cuando acudían a los exámenes: aplicado externamente, refuerza la memoria y la concentración.



**EXQUISITECES.** La canela, presente en muchos postres. LA VERDAD

Pero además de sus usos medicinales, las especias son muy conocidas (y apreciadas) por sus efectos sobre la libido. La vainilla, hoy ampliamente difundida gracias a sus sucedáneos sintéticos, comenzó a venderse en Europa como un potente afrodisíaco «capaz de inflamar la pasión del más apagado mortal», según cita Brillat Savarin en su tratado de gastronomía en ocho tomos.

Además de la vainilla, otras especias que mejoran la respon-

## 25 ENTREGAS

- 22 de abril: Canela.
- 23 de abril: Orégano.
- 29 de abril: Perejil.
- 30 de abril: Tomillo.
- 6 de mayo: Romero.
- 7 de mayo: Mejorana.
- 13 de mayo: Ajo.
- 14 de mayo: Pimentón.
- 20 de mayo: Colorante.
- 21 de mayo: Albahaca.
- 27 de mayo: Comino.
- 28 de mayo: Yerbabuena.
- 3 de junio: Eneldo.
- 4 de junio: Hinojo.
- 10 de junio: Laurel.
- 11 de junio: Mostaza.
- 17 de junio: Cayena.
- 18 de junio: Pimienta negra.
- 24 de junio: Jengibre.
- 25 de junio: Vainilla.
- 1 de julio: Cilantro.
- 2 de julio: Sésamo.
- 8 de julio: Nuez moscada.
- 9 de julio: Curry.
- 15 de julio: Anís.
- **Mueble especiero:** A la venta dentro de unas semanas.

ta humana ante el amor son la pimienta negra, la nuez moscada, la mejorana y la canela.

En estos casos, la acción de las especias está más relacionada con su capacidad de estimular la circulación sanguínea que con una receta mágica para encender la pasión. Tanto por sus cualidades medicinales como por sus propiedades estimuladoras, las especias deberían estar presentes en todos los hogares, algo que *La Verdad* de Cartagena va a hacer posible a partir de mañana con su promoción *El mundo de las especias*.

## SOLIDARIDAD

Charla sobre Zambia y Ruanda en la CAM

La cooperante Mónica Blázquez Gómez y el profesor Juan Ortega Navas participarán el próximo jueves en una charla coloquio que sobre un proyecto solidario con Zambia y Ruanda, conocido como Gas, impulsa el Instituto de Enseñanza Secundaria El Bohío. Comienza a las ocho de la tarde, en el aula de cultura de la CAM (calle Mayor).

## ENSEÑANZA

IV Feria del Libro en el Virgen de Begoña

El colegio de enseñanza infantil Virgen de Begoña celebra durante todo el mes de abril su IV Feria del Libro. A partir de mañana y hasta el viernes permanecerá abierta una exposición en el centro escolar, donde se celebrarán diversas actividades para que los niños se aficionen a la lectura.

## TEATRO

Nueve obras en el certamen escolar

La XIV Muestra de Teatro Escolar continúa la próxima semana con la representación de nueve obras a cargo de los grupos teatrales de otros tantos colegios. Las representaciones empiezan a las diez y a las once de la mañana, en el Ramón Alonso Luzzo.

## EL CINTURÓN DE SEGURIDAD

mantiene al conductor y al pasajero en el interior del vehículo y evita que, por inercia, se transformen en proyectiles humanos.

Su utilización reduce aproximadamente a la mitad el número de muertos.



Región de Murcia  
Consejería de Agricultura,  
Agua y Medio Ambiente

## PREMIOS DE CALIDAD AMBIENTAL Y DESARROLLO SOSTENIBLE A LA EMPRESA

### FE DE ERRATAS

El pasado jueves, día 18, dentro del Suplemento "No se publicó un anuncio sobre los Premios de Calidad Desarrollo sostenible a la Empresa.

En el mismo se indicaba que los plazos de presentación así como las bases de la convocatoria podían solicitar a la Secretaría Sectorial o a un número de teléfono. Por error se puso el

**968 70 89 25**

El número correcto al que deben llamar es el

**968 22 89 25**

Rogamos disculpen las molestias.

## Secretaría Sectorial de Agua y Medio Ambiente



Nueva sede:  
C/ Catedrático Eugenio Úbeda Romero, 3.  
Entrada lateral del Edificio de Económicas,  
en Ronda de Levante (Frente a Sanidad).

El plazo para presentar solicitudes finaliza el día 7 de mayo de 2002.

Para presentación de instancias o información adicional, dirigirse a:

**SECRETARÍA DE ACCIÓN EXTERIOR Y RELACIONES CON LA UNIÓN EUROPEA**

Palacio de San Esteban  
C/ Acisclo Díaz, s/n, planta baja  
30071 MURCIA

o llamando al teléfono 968 36 26 72