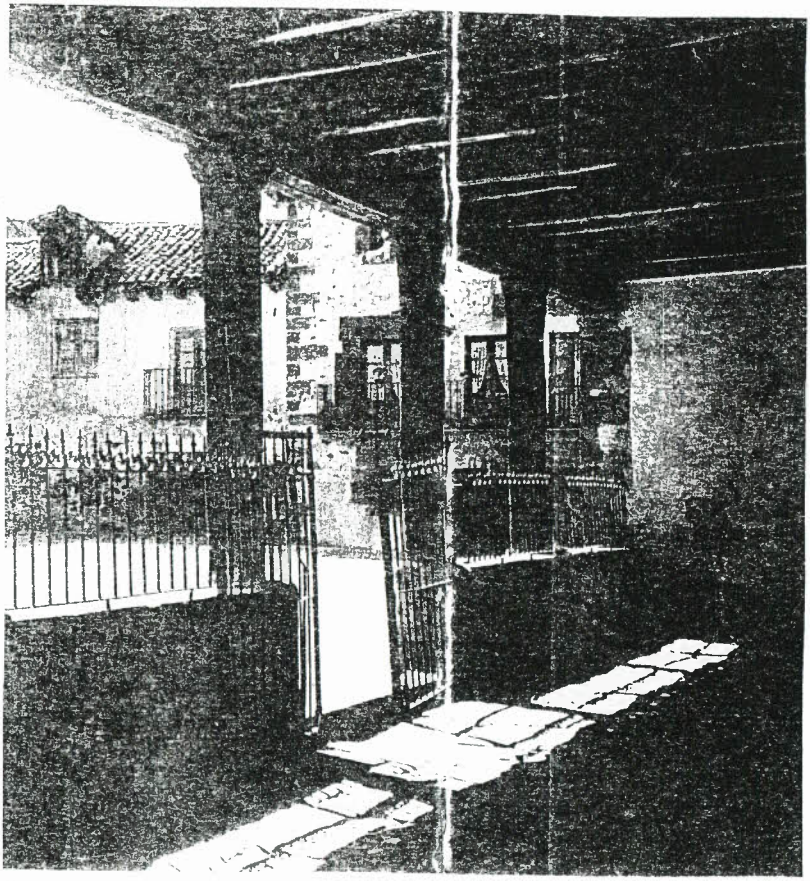
VILLA DE VALGAÑON



FIESTAS DE GRACIAS

agosto 1992

La vejez es la cosecha de una larga siembra. Depende de lo que se siembre, de cómo se siembre y del modo de cultivarlo.

SUMARIO

4 .- Comentario

5 .- ¿Sabías que ... ?

6 .- Ventana abierta

10 .- Nace la Asociación

12 .- Un planeta en peligro

16 .- Tresfuentes

25 .- Tres placeres del verano

29 .- Viva el buen apetito

31 .- Cualidades del ciervo común

33 .- Las setas

36 .- Receta

37 .- Pasatiempos

EDITA . Asociación cultural Tresfuentes
Valgañón

COMENTARIO

Llegó el esperado 92.

Año emblemático para España por muchos e importantes aspectos.

El 25 de julio , S. M. el Rey , inaugura en Barcelona los XXV Juegos Olímpicos de la Era Moderna.Juegos Olímpicos que han servido para que nuestros deportistas brillasen con luz propia en el podium de la fama.

Año de la Expo en Sevilla.Todos los países muestran en sus pabellones,al visitante, los últimos adelantos de la técnica.

Año del 500 aniversario del encuentro de las culturas americanas y europeas.

Año en el que desde Río de Janeiro,los dirigentes políticos de los países más ricos, no han tomado drásticas y urgentes decisiones para proteger este pobre y degradado planeta, que cada vez es menos azul.

¿Qué nos quedará cuando estos magnos acontecimientos terminen ?

LA REVISTA

¿ SABIAS QUE VALGAÑON TIENE ?

HABITANTES	180

Distribuidos de la siguiente manera:

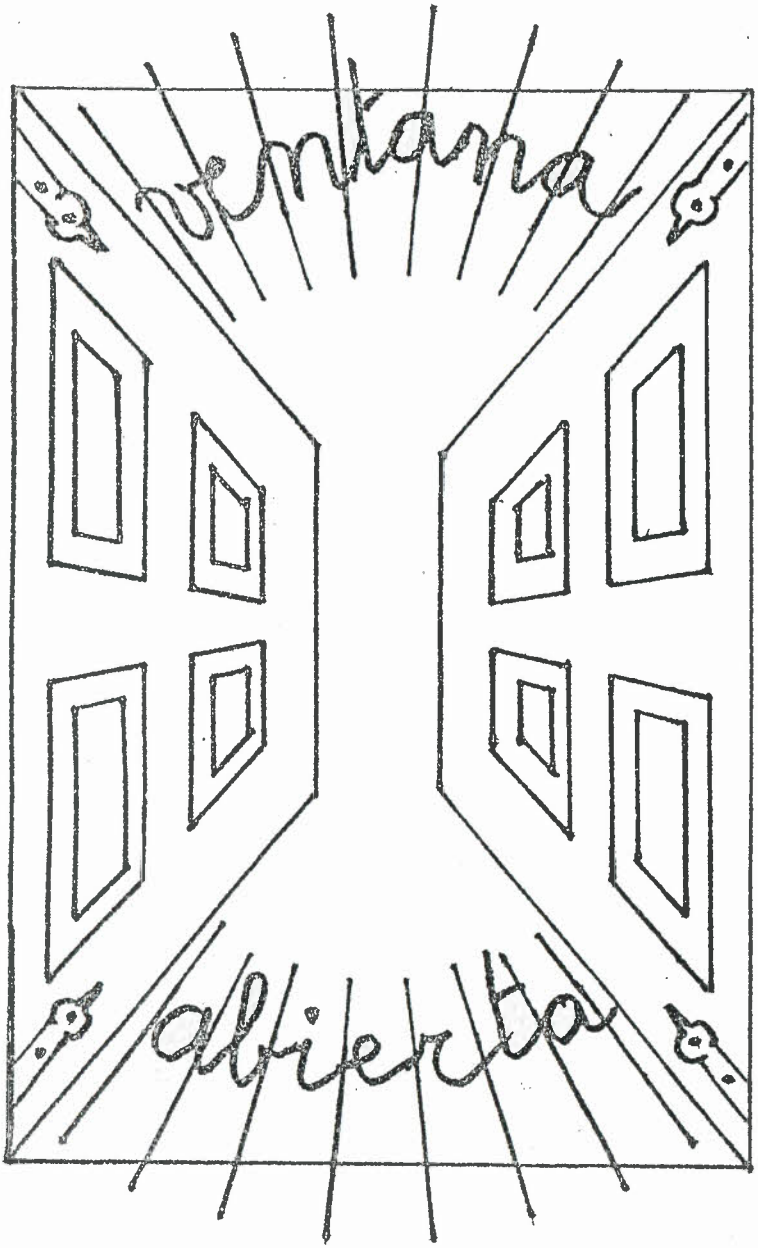
HOMBRES	97
MUJERES	83

Grupos humanos por edades:

Menos de 6 años	10
De 7 a 25 años	28
De 26 a 40 años	45
De 40 a 60 años	29
Mayores de 60 años	68
Total	180

Estos datos han sido tomados del padrón municipal,con fecha 10 de Agosto de 1.992

Así está nuestro pueblo.


ventana
abierta

- Lógicamente el número de habitantes que estamos en agosto hace aumentar la cantidad de basura que producimos.Esto motiva que especialmente los fines de semana se amontone, no siendo agradable a la vista,por los alrededores de los contenedores.¿Podríamos pedir que subieran a vaciarlos,los sábados,lunes y jueves? ¿Qué diría la Mancomunidad?

- Cada año arrojamos a los contenedores toneladas de basura.Entre esta basura arrojamos todo tipo de embases de vidrio,que se pierden en el basurero y no se aprovechan.Deberíamos pedir un contenedor especial para vidrio, pudiéndolo reciclar en los lugares apropiados ,sirviendo a su vez como una pequeña fuente de ingresos para el municipio.

- Las campanas de nuestra iglesia de San Andrés voltearán durante las fiestas de Gracias después de años de no poder hacerlo.El arreglo supondrá alrededor de las 300.000 pts.Cuando las campanas repican a fiesta es señal de alegría.Como recuerdo el "castigo" a las que sometía,con aquella eficiencia,Francisco.

- Con el fin de alquilarla,se han realizado obras en la vivienda municipal que se destinaba a vivienda del médico,consistente en arreglos y pintura de interiores,nuevo teja-

do,todo ello valorado en algo más de 1.200.000 pts.El alquiler a pliego cerrado salió en una cantidad de 30.000 pts.

- Obras que también se han efectuado ,para adecuarlas al reglamento actual,en las piscinas municipales.Estos arreglos han consistido en tapar los rodapiés,colocar nuevas duchas, vallar la piscina etc.

- Obras,obras,en todo el pueblos hay obras, ¿Resurgirá nuestro pueblo aunque sólo sea para la época de vacaciones?

- El año 92 nos ha traido la pérdida total de las vacas marelas -de leche- que en Valgañón había.Hace 15 años,¿quién lo iba a prede cir?

- Ya veréis la cacerola que ha preparado Carmelo para la ternera.Para los amantes de las medidas ; diámetro 90 cm, altura 35 cm.Halla el volumen y sabrás la cabida que tiene.

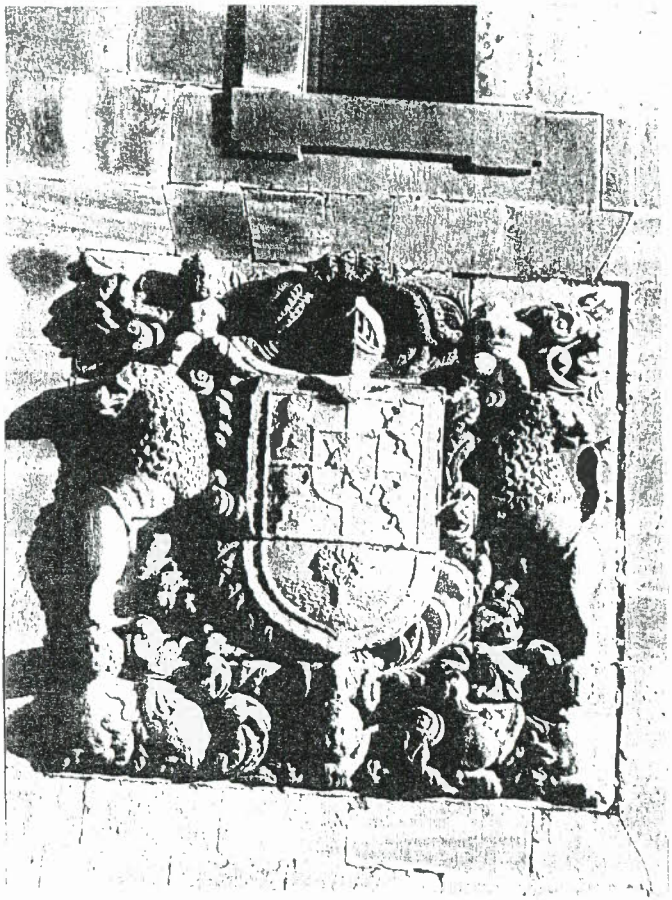
- ¿Cuándo habrá posibilidad de instalar una cabina telefónica y no depender de ningún teléfono vecino? Pedid información

- ¿Cuándo se colocarán las ansiadas y esperadas papeleras?

- ¿Cuándo será el año que al llegar el buen tiempo se saquen las cuatro mesas a Chirivila para disfrute de grandes y chicos? Pedid ayuda y la obtendréis.

- ¿Cuándo habéis cogido más ymejores caparrones que este año? Las mariquitas han tenido algo que ver.Buena conserva.

Hasta otro año.



NACE la ASOCIACION

La Revista quiere dejar constancia de la aparición en nuestro pueblo de una asociación cultural,con muchas inquietudes,a través de esta entrevista que efectuamos a su presidente.

P.¿Cómo nace la Asociación?

R.La raiz está en la comisión de fiestas.A esta comisión la hemos dado un contenido más amplio, tanto cultural como legalmente.

P.¿Quién puede pertenecer a esta asociación?

R.Cualquier persona mayor de catorce años,y si es menor de esta edad,con consentimiento paterno.

P.Para ser miembro,¿se debe residir en la localidad?

R.Ni el nacimiento ni la residencia es obstáculo para pertenecer a la Asociación.

P.¿Cómo os financiáis?

R.Mediante una cuota de 250 pts por miembro, a través de rifas que efectuámos en Navidad y fiestas de Agosto.Esperamos recibir aportaciones de la Consejería de Cultura y del Ayuntamiento.

El equipo que salió elegido y que llevarán las riendas de esta Asociación está formado por las siguientes personas:

Pre. Javier García
Vice Pre. Alfredo Delcampo
Sec. Eduardo Corral
Tes. Juan José Mateo
Vocales. Rubén Crespo
Abel Vitores
Javier Valgañón

Hablame de la Semana Cultural que por primera vez se ha celebrado en Valgañón.

R.Las charlas coloquio han versado sobre los siguientes temas:

-Medio ambiente en la zona
-El problema de las drogas
-Salud en la 3a edad
-Pase de diapositivas sobre nuestro pueblo

Durante toda la semana se ha realizado un interesante taller de cerámica.

P.¿Cómo ha sido la respuesta,por parte del pueblo, a esta semana cultural?

R.Yo creo creo que se han cumplido los objetivos que nos habíamos propuesto,motivar a la gente,procuraremos repetir la experiencia en años venideros.

P.¿Alguna cosa más,Javi?

R.Como presidente de la Asociación os deseo que paséis unas fenomenales fiestas.

Animo para todos.No lo dejéis.

La Revista

Un planeta en continua degradación

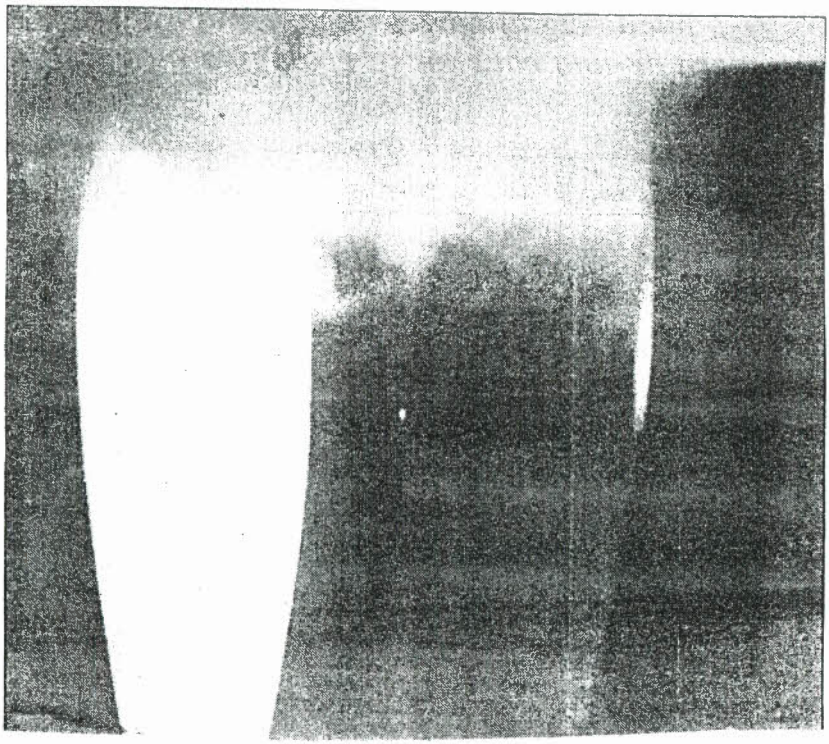
Un dramático mensaje de la reunión de Río de Janeiro: cada día se destruyen en el mundo 10.498 hectáreas de suelo cultivable y cada minuto nacen 420 niños

1972

Población	Guerra y refugiados	Energía nuclear
La población del Planeta era de 3.840 millones de habitantes, de los cuales el 72% vivía en países en vías de desarrollo.	Las naciones gastaron 680.000 millones de dólares (en precios de 1988) en armamento y tropas. El número de refugiados era de tres millones.	Cerca de 100 reactores nucleares productores de electricidad en 15 países. No hubo escapes en los reactores comerciales.

La población es de 5.470 millones de habitantes. El 77% vive en países en vías de desarrollo. Cada año la población aumenta en 95 millones.	El gasto militar de este año se espera que sea de casi 800.000 millones de dólares (en precios de 1988). El número de refugiados es de 15 millones.	Hay 428 reactores en 31 países. Dos accidentes importantes: Three Mille Island, en EEUU, en 1979, y Chernóbil, en Ucrania, en 1986.

1992



1 9 7 2

Transporte

250 millones de vehículos a motor, incluyendo 200 millones de coches. Su contaminación se refería casi exclusivamente a los países desarrollados.

Calentamiento global

16.000 millones de tn. de dióxido de carbono emitidas. Es uno de los gases causantes del cambio climático producido por el efecto invernadero.

Capa de ozono

Nadie podía evaluar los efectos de los CFC. En 1975 la concentración de gases era de 1,4 partes por mil millones. No existía el agujero de la Antártida.

1 9 9 2

600 millones de vehículos a motor. 480 millones de coches. La mayoría en los países desarrollados, pero el peligro se extiende a las ciudades de Tercer Mundo.

23.000 millones de Tn. de dióxido de carbono.

La concentración de gases clorofluorocarbonados es de 3 partes por mil millones, suficiente para abrir un agujero en la capa de ozono. En 1975 era de 1,4.

1972

Megalópolis

Tres ciudades con más de 10 millones de habitantes. Dos de ellas en países desarrollados. El 38% de la población mundial vivía en ciudades.

Bosques tropicales

Cerca de 1/3 del cinturón de los bosques había desaparecido. Sobre el 0,5% del resto se perdía cada año unos 100.000 Km^2, la superficie de Islandia.

Bancos de pesca

Se capturaron 56 millones de toneladas de pescado de los océanos a causa de la expansión de las flotas pesqueras de altura en busca de proteínas marinas.

1992

13 ciudades con más de 10 millones de habitantes, 9 de ellas en países en vías de desarrollo. El 46% de la población es urbana: en el 2.000 será el 50%.

La tasa de desforestación está en unos 170.000 Km^2 al año.

Las capturas han aumentado a unos 90 millones de toneladas por año. Los bancos de pescado están cada vez más cerca del colapso.

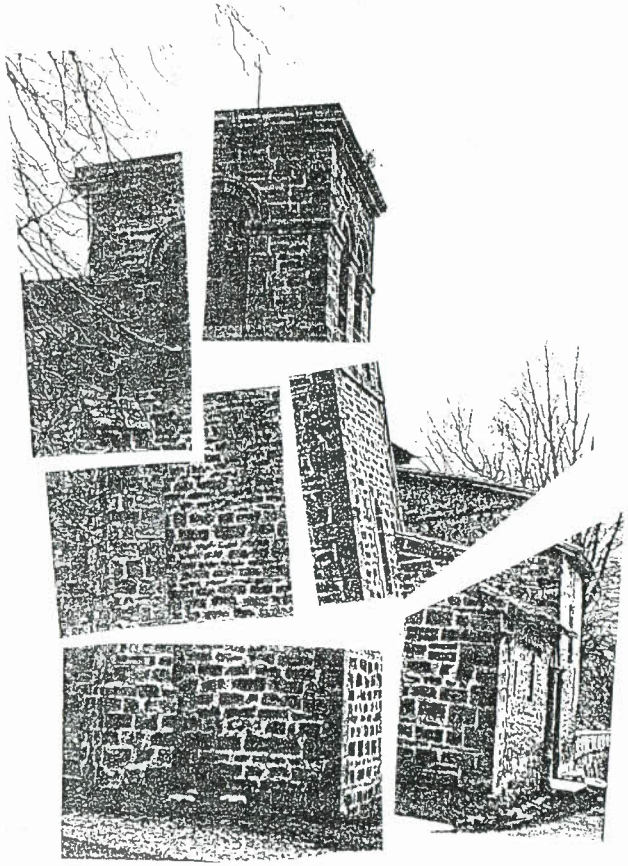
1972

Especies

Había casi 2 millones de elefantes africanos. Se iniciaba una oleada de extinciones sin precedentes desde la última glaciación.

Actualmente sólo hay 600.000 elefantes africanos, fundamentalmente debido al tráfico de marfil.

1992



TRES FUENTES

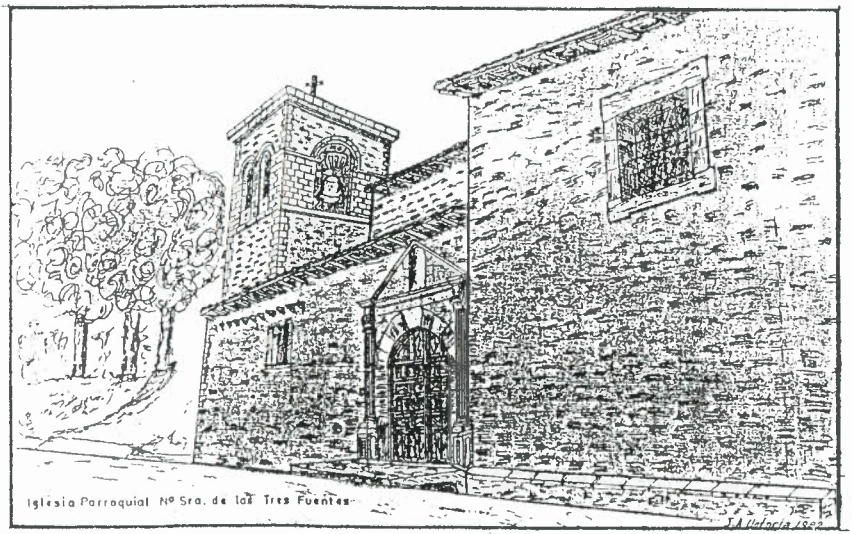
Han llegado hasta nosotros noticias sobre conversaciones habidas en Logroño, entre el Sr. Consejero de Cultura, el Cura Párroco y el Sr Alcalde, sobre la posibilidad de hacer arreglos en Tres Fuentes. Pues bien, y para que sirva de ayuda, vamos a sacar a la luz un detallado informe que realizó hace "casi cien años" el Sr. Arquitecto, que firma al final del mismo, en el que declara RUINA PARCIAL INMINENTE a dicho Templo.

INFORME

Encargado por el Sr. Cura párroco del pueblo de Valgañón, de la Archidiócesis de Burgos y P. de Logroño, del reconocimiento de la Iglesia Parroquial del citado pueblo, por sospechar encontrarse dicho templo amenazado de ruina, más o menos inminente, habiéndome trasladado a dicho pueblo, procedí el día 12 del actual, a un detenido reconocimiento, y en su virtud, y a petición del Sr. Cura párroco, doy el siguiente informe:

El templo de que se trata, fue consagrado al culto por el Obispo de Burgos, D. Mauri-

cio,fundador de la hermosa Catedral de esta Ciudad;acusa en la traza de su planta y detalles arquitectónicos,haber sido construido o por lo menos empezado y proyectado,algunos años antes,pues si bien en él se inicia la arquitectura de transición del estilo llamado románico ó romano bizantino al gótico u ojival, predomina el primero,como lo demuestra el ábside semicircular,la bóveda en cañón erguido cubriendo el espacio comprendido entre el casquete esférico con que se cubre la parte semicircular del ábside y el arco de triunfo;el aparejo de esta bóveda;la planta criciforme de las pilastras;la forma y detalle de los capiteles; los dientes de sierra y molduras que decoran los arcos de las ventanas y la forma de éstos.



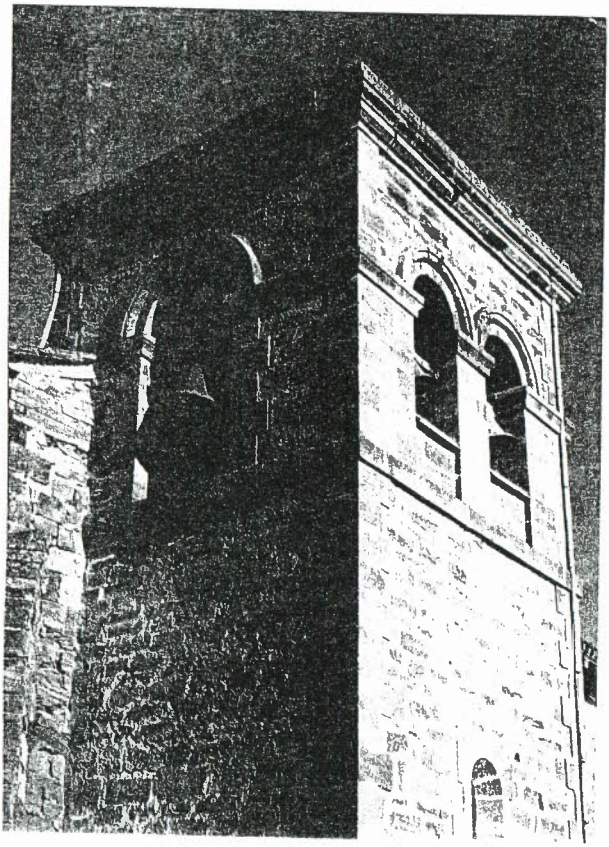
Tiene la Iglesia compuesta de una nave, con la longitud del presbiterio 32,70 m,sin contar el grueso de los muros:la nave desde la línea del presbiterio 25,70 m,con una anchura ó luz de 7,50 m.El presbiterio tiene sólo 5,32 m de anchura.

En el cuerpo de la Iglesia,formando en planta de cruz latina,hay dos capillas laterales cubiertas por bóvedas de arista.La nave central,fuera del presbiterio la cubre una bóveda gótica de crucería.Entrando por la capilla norte del crucero,se penetra en una sacristía que tiene dos departamentos:uno ocupando la longitud del presbiterio y otro extendiéndose detrás del ábside.

El arco de triunfo que separa la nave del presbiterio y tiene una anchura de 1,50 m, se ve agrietado en sus riñones y también se advierten unos agrietamientos verticales en los estribos en toda su altura.Sobre este arco de triunfo el que termina el cascarón semiesférico del ábside,la bóveda en cañón erguido y los muros laterales,se eleva una torre de planta rectangular, de 5x3,10 m,de hueco interior,teniendo los muros a la altura del campanario 0,70 m de espesor.

En los ángulos de esta torre se ven unas aberturas que abarcan todo el espesor del muro,

quedando rotos los enlaces,habiéndose producido notables desplomes y bombeos,y viéndose que alguna piedra de las esquinas se han salido de asiento hasta el extremo de formar sus aristas una especie de escalonado.



El dovelaje del casquete semiesférico del ábside se ve todo él movido por profundas grietas y éstas se extienden por todo el muro

semicircular que determina el ábside,afectando al hueco del camarín de la Virgen.Este hueco o se ha practicado muy posteriormente a la edificación primitiva de la Iglesia o se ha rasgado como lo demuestra el débil y defectuoso guarnecido de ladrillo que tiene.

Los otros muros que limitan la parte de la sacristía emplazada al Este del presbiterio y la bóveda que la cubre,se ven también - como el muro del ábside - un profundo agrietamiento.

Las señales que dejo dichas y las precisas observaciones y noticias que el Sr. cura párroco me expuso,han servido para formar el juicio que sobre el estado del citado templo paso a exponer.

Las causas que han contribuido a producir la"amenaza de ruina' de parte importantísima del edificio,son varias:

1) La defectuosa construcción de la torre,ya por lo que hace a su aparejo,ya por lo que se refiere a su manera de cargar.La torre debió cargar en un principio sobre un arco lateral doblado y la bóveda en cañón erguido y semie sférica que forma el presbiterio y el ábside y viéndose que el arco no resistía,se le debió reforzar con otro que si en el sentido de su anchura es excesivo,en el de su tizón

sustentan y si éstos continúan,encuentro peligro inminente de hundimiento de la torre.

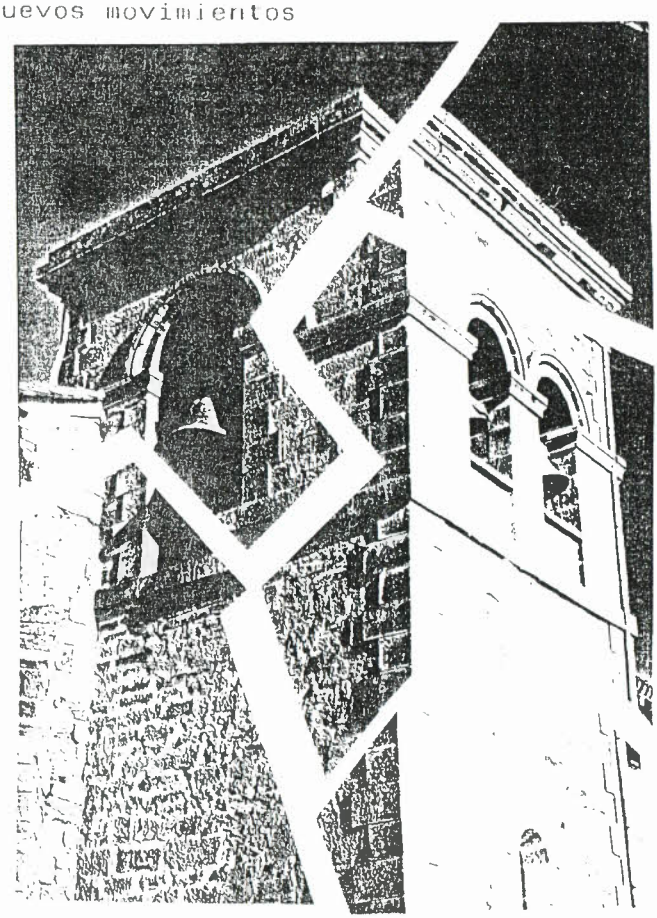
2) La amenaza de ruina,la encuentro en los errores cometidos al hacer construcciones posteriores a su primitiva traza,como la abertura o rasgado del hueco en el muro del ábside para formar el camarín de la Virgen;el socavado y rozado del estribo norte del arco toral para emplazar el caracol de subida a la torre y el hueco para abrir una puerta de entrada a la sacristía.

3) El movimiento de la cimentación de la parte mas oriental del templo.Muy próximo a aquel punto,hay ura abundantísima fuente cuyas aguas vienen del cerro en cuya vertiente se orienta el edificio,y es casi evidente,que filtraciones de las abundantísimas aguas de dicho cerro - mal recogidas - han venido en otras épocas a deslizarse sobre la capa de terreno en que se asienta el templo,como lo prueban las zanjas.

Por último,debo consignar que con las obras que dejo indicadas,no quedaría subsanado todo el daño,sino solo asegurado el peligro de la ruina parcial inminente.

Es cuanto entiendo debo informar sobre este asunto a los efectos que se crean oportunos

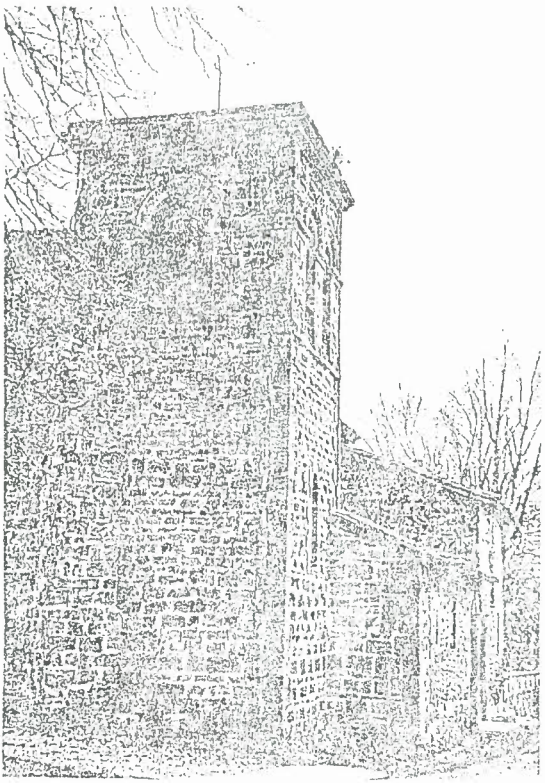
no ha resultado suficiente pues ha sufrido nuevos movimientos



La torre construida con piedra sillar o de talla,de dos naturalezas,tiene sus esquinas aparejad as por piedra de tan poca línea que en realidad no hay enlace o son excesivamente débiles,así que se han roto en cuanto se han producido movimientos en las partes que los

Burgos, 21 de octubre de 1.896

El Arquitecto: Saturnino Martínez Ruíz



Y AUN CONTINUA . . .

TRES PLACERES DEL VERANO

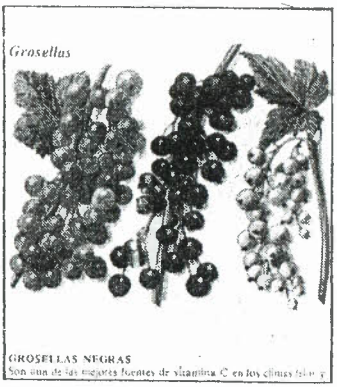
La mora, la grosella y la frambuesa ofrecen pocas calorías

La mora o zarzamora,con la grosella y la frambuesa forman la pléyade de frutas silvestres más agradables y sabrosas del verano.Aunque también se cultivan,el auténtico sabor dulzón de la mora,agridulce de la grosella o aromático de la frambuesa se dan únicamente en los frutos silvestres.

La mora o zarzamora es un arbusto que crece salvaje en los montes y caminos.Sus tallos son largos y están plagados de espinas. Su fruto es la mora.

Los frutos maduran espontáneamente,durante todo el verano,y adquieren su sabor dulzón cuando alcanzan su color negro habitual. Es un alimento vegetal,y por ello se le consi-

dera dentro del grupo de los alimentos complementarios cuyas principales características son:pocas calorías,vitaminas A y C y algunas del grupo B,y una considerable cantidad de fibras vegetales.Son un alimento beneficioso para la dieta de obesos e hipertensos por su escaso aporte calorífico. Además se le atribuyen cualidades diuréticas y tónicas y son astringentes. Se emplean para aromatizar platos de caza, fabricación de mermeladas, licores,compota y son estupendas para jaleas,salsas y adornar tartas.De las moras se obtiene un excelente licor,un vino dulce y ligeramente gaseado y un coñac.



La grosella es el fruto del grosellero, un arbusto de unos dos metros de altura que crece espontáneamente en los lugares montañosos de las zonas templadas.Su fruto tiene forma de uva o baya globosa,y puede ser rojo,blanco o negro.

La grosella roja es un fruto sabroso y agradable.Para desarrollarse necesita tempe-

raturas suaves y frescas,y mucha humedad.Como alimento aporta a la dieta apenas 40 calorías hidratos de carbono fundamentalmente glucosa, fructosa y fibra.Su contenidos en vitaminas, sobre todo C,es alto,y contiene bastante potasio y magnesio.

Se utiliza mucho en pastelería y repostería y tiene una extensa aplicación en la industria de vinos y licores.

El frambueso,por su parte,es un arbusto que apenas mide un metro de altura y crece espontáneamente en todos los climas templados. Sus tallos,armados de pequeñas espinas,dan unos frutos de color rojo,similares a la mora, del tamaño de una cereza.

Sabrosas y aromáticas,tónicas y refrescantes,son escasas en calorías y ricas en azúcares,vitaminas A y C,en hierro,calcio y magnesio,en fibras y pigmentos.La forma más popular de consumirlas frescas,acompañadas de azucar,nata o zumo de naranja,pero se utilizan mucho para fabricación de mermeladas,jaleas, zumos y también para perfumar vinos,licores y aguardientes.

Estos tres frutos silvestres so muy comunes en montes y caminos de Valyañón.

FRAMBUESA
Rosàceas
Rubus idaeus

! VIVA EL BUEN APETITO !

Martes,27 de agosto.Son las siete de la tarde y el calor agobia.En la plaza y calles adyacentes,se observan grupos de personas de edad en animada conversación:Son nuestros queridos jubilados.Alguien pregunta por el motivo de esa concentración inusual.¿Será acaso una manifestación reivindicando subida de pensiones? ¿O quizás contra la subida de los medicamentos?.Pues parece ser que no van por ahí los tiros.Ellos,siguen hablando de sus temas favoritos:Que si la tensión me subió más de la cuenta;que si no puedo comer carne por culpa del ácido úrico;que si el colesterol... Saben más de medicamentos que algunos profesionales recién iniciados e incluso manejan el "vademecum" con soltura.Presentan en general un fenomenal aspecto (gracias,Esther),pero... se observan entre ellos un cierto nerviosismo y no paran de mirar sus relojes... ¿Qué ocurrirá?... siguen llegando jubilados,y a este paso va a ser necesario recurrir al Sr. Alguacil para poner orden.

Mientras,cerca de allí,en los bajos de las casas de los Maestros,el amigo Carlos "Beethoven" ultima los preparativos de una merienda.Mesas magnificamente decoradas con gran cantidad de pinchos y canapés.Incluso gambas al ajillo,pasteles,mosto,vino,... enfín,de casi todo. Le ayudan en ello su encantadora esposa y otros colaboradores de su establecimiento.Carlos comprueba por última vez las mesas y hace la señal para que vayan entrando los invitados.Son las 7,30 de la tarde.

Y se inicia el combate.Como si se tratara de la conquista de Kuwait,nuestros jubilados entran al ataque sin necesidad de capitanes que les azuzen.El general Schwartzkopff a su lado,es un simple aprendiz.

Los anfitriones tienen que apartarse con urgencia para no ser materialmente arrollados.Los pinchos caen como si fuesen hojas en el Otoño,a una velocidad endemoniada.Allí ya no quedaba nada,y han transcurrido solo 15 minutos desde el toque de "fagina".Alguna persona caritativa trata de salvar algún canapé de la quema con el fin de darselo a probar a alguien que no pudo acudir. Vano intento.En las mesas quedan algunas migas y palillos,sobre todo muchos palillos.No me atrevo a decirle a mi perra que aproveche los restos, pues podría insultarme por haber herido su dignidad canina.He tratado de sacar fotografías del evento,pero no me han dado tiempo a montar el objetivo de la máquina.

Pasado un rato,los jubilados salen contentos,coloradotes ellos,reflejando felicidad en sus rostros.Ya no hablan de colesterol,de tensión ni de ácido úrico.La merienda ha sido excelente, y además gratis,por lo que no conviene estropearla con temas intrascendentes.Cerca de allí,un médico,gran profesional y buen amigo del pueblo, cruza los dedos y comenta para sí;"Algún día,estos me harán ejercer aún estando de vacaciones. Voy a ver si doy un repaso a lo de las urgencias en caso de atracones y tripadas".Y seguía cruzando los dedos.Afortunadamente,no fueron necesarios sus servicios.

Pero lo más importante,es la armonía y la excelente salud que gozan nuestros queridos jubilados.Que Dios se la conserve y tambien su buen apetito.Pero !ojo!,que no se lo aumente, ya que de lo contrario,el amigo Carlos va a tener que contratar los servicios de un camión-trailer para subir a Valgañón los pinchos y canapés necesarios.

Hasta pronto,

EL REPORTER TRIBLETE

Las cualidades inéditas del ciervo común

El ciervo común o rojo puede empezar a verse con otros ojos por parte de los consumidores españoles.Si hasta ahora su interés principal radicaba en ser una pieza muy cotizada en las monterías y en utilizarlo como gancho turístico,el aprovechamiento de su carne para el consumo humano ha originado que estas piezas se conviertan en un importante reclamo en el mercado y que su venta se vaya incrementando en Europa.

En el territorio español se localizan tres granjas de ciervos ubicadas en Toledo, Navarra y Ciudad Real.

El aprovechamiento del venado es casi total.Por un lado,la carne de este animal,que tan sólo contiene un 5 por ciento de grasa,se cotiza a altos precios.

En el campo industrial destaca el importante papel de la piel de ciervo,ya que se aprovecha para la fabricación de complementos

de moda tales como bolsos,cinturones y zapatos. Su cotización alcanza las 8.000 pesetas y se exporta a Japón,Italia y Alemania.

El uso que se le da a los testículos,pene y parte de la pelvis es mucho más exótico y curioso.Estas zonas del cuerpo se congelan y se destinan a Oriente,donde las utilizan tanto para la realización de rituales como ingredientes de las medicinas tradicionales de aquellas latitudes.

De los cuernos en estado de terciopelo se obtiene un polvo muy valorado en Corea,Japón y Taiwan por sus características afrodisiacas. Los cuernos duros se venden para ornamentación igual que la popular cabeza disecada.Por último indicar que los dientes del ciervo se destinan al sector de la joyería en países como Alemania y Austria.

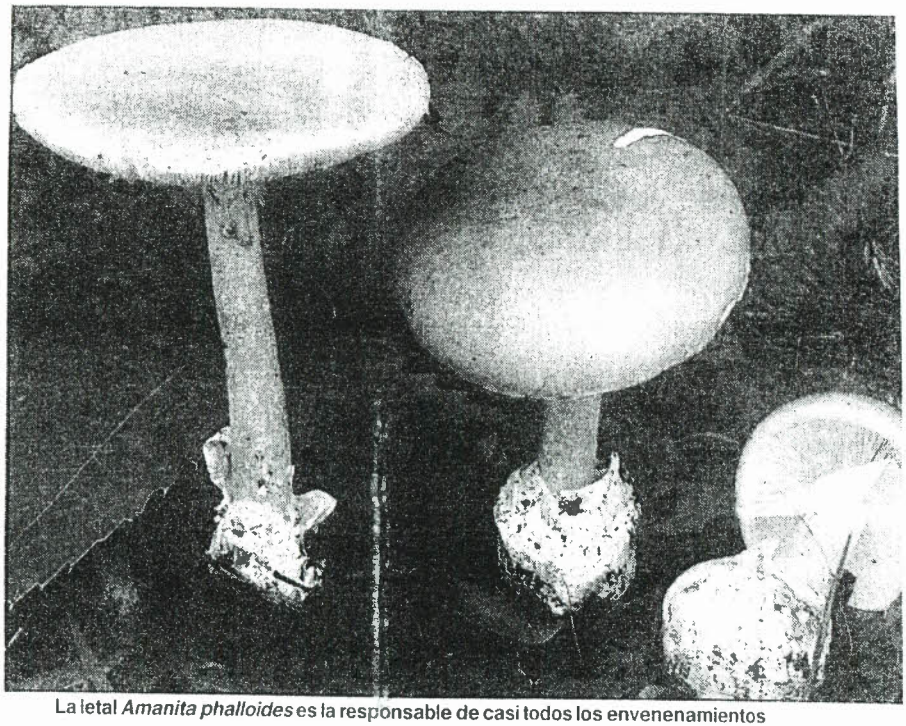
LAS SETAS

El 90 por ciento del contenido de la seta es agua,ésta es muy rica en sales minerales Posee vitaminas,especialmente las del grupo B. Su gran valor nutritivo se equipara,incluso,al de la carne gracias a su 4 por ciento de proteínas.Por otra parte,al ser pobres en grasas e hidratos de carbono,producen pocas calorías. En suma:un buen alimento para quienes quieren adelgazar.

Remedios caseros contra la intoxicación por setas

La intoxicación producida por la ingestión de setas venenosas tiene unas características que es preciso conocer para tomar medidas a tiempo.En primera instancia hay que obligar a la persona afectada a que vomite con ayuda de algún remedio casero.El aceite mezclado con agua tibia es un vomitivo eficaz.

Debemos rechazar las denominadas pruebas tradicionales para distinguir las setas venenosas.Se suele decir que si el caracol ha comido parte de la seta,se la puede uno acabar.Esto es falso:lo que puede resultar tóxico para el hombre no tiene por que serlo para los animales.



La letal *Amanita phalloides* es la responsable de casi todos los envenenamientos

La Amanita phalloides es una seta por la que,babosas y caracoles,sienten gran atracción.Pero es mortal para el ser humano

Tampoco es de fiar la prueba del ajo o de la cebolla,que ennegrecen si hay veneno. Ello no es cierto;el ennegrecimiento se produce por acción del azufre que contienen muchas setas,venenosas o no.

Se dice también que si la seta desprende un perfume apetecible puede comerse sin temor.Esto tampoco es válido.El"entoloma líbitum"

es muy aromático y, a la vez, muy tóxico.

REMEDIOS DE URGENCIA

La toxicidad producida por comer setas en mal estado o setas venenosas no siempre se traduce en los mismos síntomas.En unos casos produce de inmediato cierto nerviosismo acompañado de ligeras alucinaciones.Más tarde,a la hora o a las dos horas de haber comido las setas,aparecen molestias intestinales que van en aumento a medida que pasa el tiempo.Finalmente se puede producir incluso la muerte.

En otros casos se dan náuseas,diarreas violentas y un fuerte dolor de cabeza al poco rato de haberlas comido.Otras setas venenosas atacan primero las articulaciones y posteriormente las paralizan,y también producen fuertes molestias intestinales.

En cualquier caso,y ante la duda,se debe actuar con la máxima celeridad.Primero se avisará al médico,ya que sólo él podrá apreciar la gravedad de la intoxicación y dictaminará los pasos a seguir.Mientras llega el facultativo hay que actuar lo antes posible provocando vómitos al paciente.

O/O/O/O/O/O/O/O/O/O

LA COMIDA

Redondo de carne asado a la cazuela

Preparación :10 minutos
Cocción : 1 hora y 15 minutos

Ingredientes para 4 personas:

750 gramos de redondo de ternera en un solo trozo
100 gramos de tocino vetado cortado a tiras
50 gramos de mantequilla de cerdo, una cebolla, una zanahoria, dos tazas de caldo de carne o sucedáneo, una copita de coñac, pimienta blanca en polvo y sal.

Una vez bien limpio de grasas, pieles y nervios, salpimentaremos el redondo y lo envolveremos con tiras de tocino.

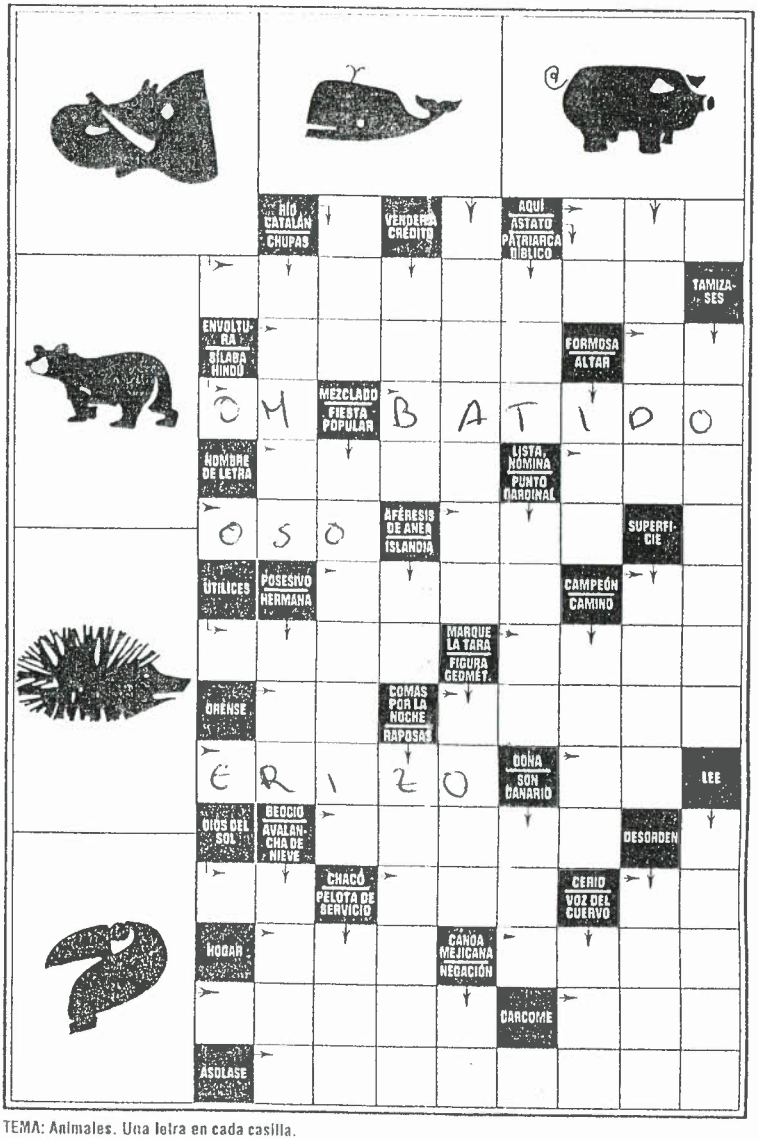
Prepararemos una cazuela honda con la manteca de cerdo y echaremos en ella la cebolla, pelada y rallada, y la zanahoria, pelada y cortada en discos.

Colocaremos la cazuela sobre el fuego y agregaremos el coñac y el caldo. Lo dejaremos cocer, tapado, hasta que la carne esté bien blanda; lo notaremos fácilmente pinchando la carne con el cuchillo: éste debe traspasar la carne límpiamente y no ha de salir sangre.

Fuera del calor, quitaremos la cuerda y lo que quede del tocino. Cortaremos el redondo a rodajas y lo colocaremos en una fuente. Vertermos la salsa una vez triturada y bien caliente, sobre las rodajas de carne, que presentaremos rodeadas de un puré de patatas recién hecho.

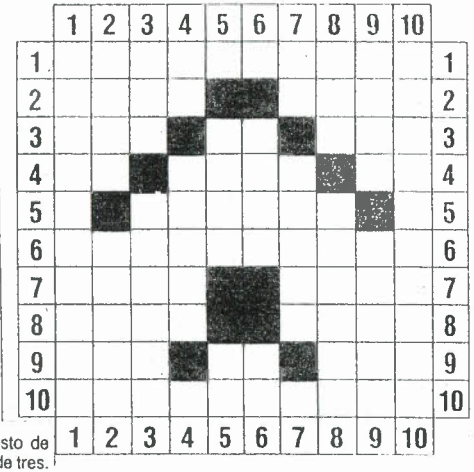
¡ Hagámoslo !

AUTOGRAFOTEMÁTICO



TEMA: Animales. Una letra en cada casilla.

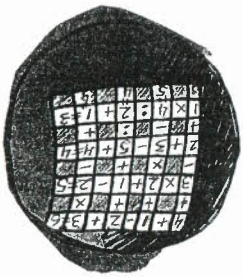
CRUCIGRAMA



HORIZONTALES. – 1: Sistema musical compuesto de ocho sonidos. 2: Manifestáis alegría. Al revés, grupo de tres. 3: Conjunción distributiva. Al revés, nota musical. Embrollo. 4: Al revés, plata. Al revés, saludable. Estroncio. 5: Punto cardinal. Escucharlas. Consonante. 6 Residencia del representante de la Santa Sede. 7: Al revés, defraude en pequeñas compras. Labrar la tierra. 8: Esposa de Abraham. En romanos, 1.149. 9: Aire popular canario. Preposición. Al revés composición poética. 10: Sitios donde se siembran y crían los vegetales que después han de trasplantarse.

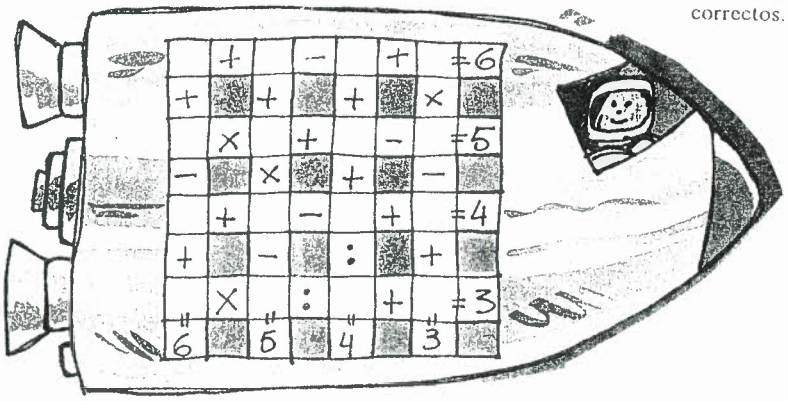
VERTICALES. – 1: Parte de la geología que trata de la formación de las montañas. 2: Cierto producto de las abejas. Emplease. 3: Pariente. Al revés, el que sirve en la marina. 4: Arsénico. Al revés, dícese del habitante de la zona tórrida, donde dos veces al año cae verticalmente el sol, y los cuerpos no proyectan sombra lateral. Yodo. 5: Consonante. Siglas de los crucifijos. Artículo. 6: Punto cardinal. Estancia. Matrícula automovilística de Holanda. 7: Letra griega. Al revés, matojos. Punto cardinal. 8: Al revés, combate. Hacer surcos en la tierra. 9: Disco membranoso del ojo humano. Ajado, deslucido. 10: Concederlos.

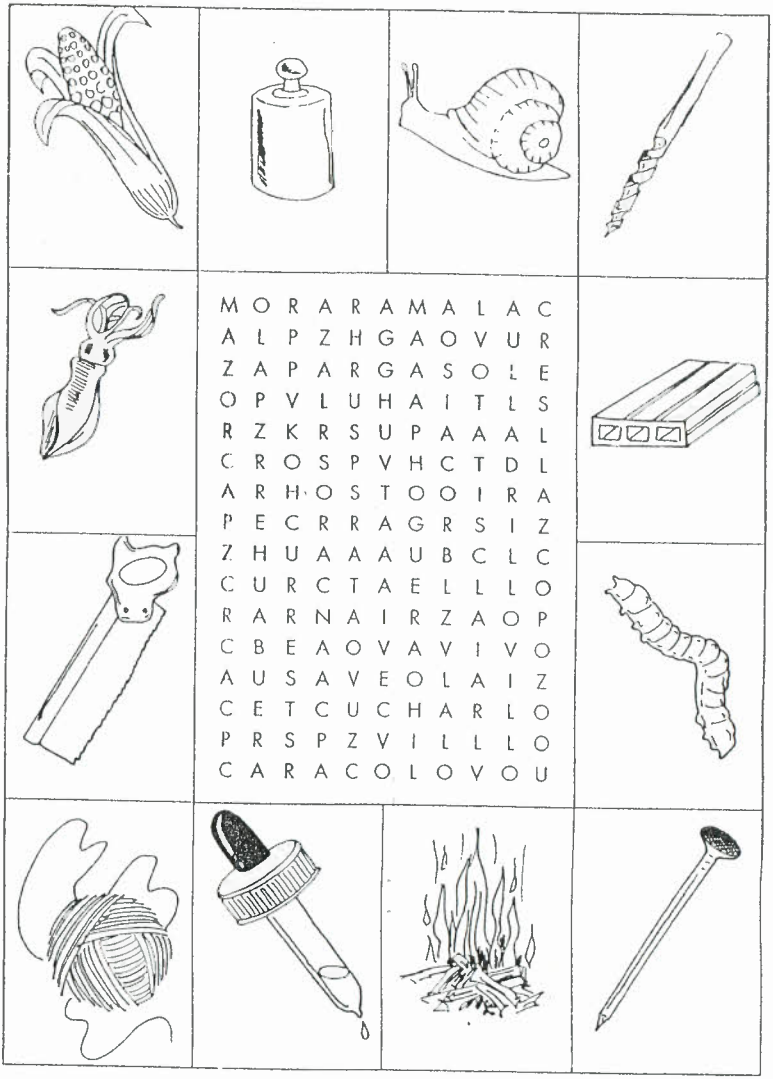
Solución:



Número más, número menos

Fíjate bien en los signos que aparecen en las diferentes cuadrículas; con estos datos y con los resultados no te resultará difícil colocar en cada espacio en blanco el número adecuado, para que los resultados sean correctos.





Localice en la "Sopa" los nombres de los doce dibujos, teniendo en cuenta que se pueden leer de derecha a izquierda, de izquierda a derecha, de arriba abajo, de abajo arriba y diagonalmente en uno u otro sentido.

HERMOSO
DE LA
RINCONADA