

BOLETÍN INFORMATIVO CULTURAL NOVIEMBRE 2026 Nº 63

CASA CASTILLA LA MANCHA MADRID

Mail. Info@casaclmmadrid.org http://www.casaclmmadrid
Horario de martes a sábados de 12 a 14.30 y 16 a 21h
Tel. 915227278 Y 664 184356 Calle Paz 4 1º 28012 D.L. M-28466-2020

NOVIEMBRE

Martes Día 3 a las 19h Salón de Actos "VOZ Y MÚSICA……CANTAUTORES" III Sesión. Con los artistas **DAVID ENRRIQUEZ y JAVIER GIJÓN.**

VIERNES DÍA 6 A LAS 18.15. ORATORIO de la calle CABALLERO DE GRACIA. MISA FUNERAL POR LOS SOCIOS de la CASA de CASTILLA LA MANCHA.

Día 6 a las 19 h MAGALI REBOLLAR en concierto "SUNQUYMANTA. Música latina en quechua. Entradas y otro ver pag 2

SÁBADO DÍA 7 A 12,30H. INAUGURACIÓN DE LA EXPOSICIÓN DE PINTURA, DE RAFAEL DE LA VEGA, JOSÉ TORO, MARIO JIMENO Y AURORA BRAVO. DE LA ASOCIACIÓN DE ARTISTAS, CREADORES Y ESCRITORES EN DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS.

Martes Día 10 a las 19h Salón de Actos AULA DE SALUD, dirigida por Julia de Campo y Brígida de Fez. Conferencia. "MASTOPATIAS FIBROQUISTISTICAS BENIGNAS EN LA MUJER". Por Julia de Campos. Enfermera que será presentada por Brígida de Fez

Miércoles Día 11 a las 6,30h. Salón. Presentación de las novelas. "HERENCIA OCULTA" de JULIETA DEOSSA Ed. Universo Letras del Grupo Planeta. y "EL RIO DELATOR" de MYRIAM GARCÍA CARROMERO. Ed. Hades. Presentadas por Juan López Martínez y Carlos Vara.

Viernes 13 a las 18,30 Salón de Actos."BECQUERIANA I" "FESTIVAL DE CANCIONES Y POESIA AMOROSA"

Sábado Día 14 a las 12,30h en el Salón de Actos. La ACAM, nos invita a su acto de entrega del PREMO Taurino PEDRES.

Sábado Día 14 a las 12,30h. Sala B. Exposición colectiva de artistas invitados. Con la participación de CARMEN DE LA LASTRA, MARTINE VALLÉE, ROBERTO MARFIL, PABLO MAYORAL, CARLOS ORTEGA, CLARA TENGONOFF.

Sábado Día 14 a las 19h. TEATRO "LA TREGUA" con MARIBEL ALARCON. PRODUCIONES RETAMA.



Martes día 17 a las 19,30h. Sesión CDXXXIII de la Tertulia Literaria "Eduardo Alonso". De la AC Albacete en Madrid.

Miércoles Día 18 a las 12,15 h III Reunión del SEMINARIO: LA GENERACIÓN DEL 1927 Y CASTILLA LA MANCHA. Coordinado por Alberto Blanco Rubio.

Miércoles día 18 a las 18,30h. Conferencia "EL FLAMENCO EN CASTILLA LA MANCHA" por nuestro socio LUIS F. LEAL

Jueves 19 19H sala C presentación del libro "Huella de Mujer II". Mujeres para el dialogo y la educación.

Viernes Día 20 a las 19h, Salón de Actos. CONCIERTO ESPECIAL del GRUPO VOCAL "CRÓNICA", del Ateneo de Alcázar de San Juan. CELEBRACION DE Santa Cecilia con UNCAREMA.

Sábado día 21 a las 17h presentación del libro "Orgullo en la piel" de SENIT CAMBRA, acompañada de Natacha Pazmiño, Francisco Caballero, Aby Luna, Albita Neira

Domingo día 22 A las 18 h Tarde de Karaoke dirigido por María José Tirado.

Martes día 24 a las 12,30. Club de lectura, sesión XX. Coordinado por la escritora Sofía Lía Máxima. Con el libro MUSICA Y FIERAS de JUAN ANTONIO GOMEZ PINTADO.

Martes dia 24, 12,30 h Taller "DESDE EL HILO DEL PASADO" TALLER DE ~~RECUPERACIÓN~~ DE LITERATURA ORAL

Martes 24, a las 19.30 AULA TAURINA codirigida por Emilio Martínez, Juan Gómez Castaneda y Ángel Herranz

Miércoles día 25 a las 18,30h AULA DE LETRAS dirigida por Ana Ortega. Presenta a la filóloga Margarita Álvarez Martínez que pronunciara la conferencia, *EL EDADISMO Y SU LENGUAJE.*

Día 27 a las 19h. Aula Abriendo Puertas a Hispanoamérica. Aula dirigida por Isabel Jenny Tello Limaco. "Hispanidad y hospitalidad: ecos haitianos de dos conceptos" Dr. Wooldy Edson LOUIDOR, embajador de Haití.

Sábado 28 a la 18h TEATRO. DE REPENTE EL VERANO. De T.Williams. Grupo EPIDURO (Casa de Ávila) dir. Valentín Nieves. Sistema de taquilla inversa.

Martes día 3 a las 19h Salón de Actos "VOZ Y MÚSICA……CANTAUTORES" III Sesión. Con los artistas **DAVID ENRRIQUEZ y JAVIER GIJÓN.**

David Enríquez.- Trovador 'consciente' en busca de la verdad y de la libertad, elige no venderse a las tendencias oficiales y adopta un carácter lo más independiente posible. Autor de más de 70 canciones, algunas ya publicadas en sus 4 primeros discos, trata de desarrollarse como ser humano antes que como artista y de ser consecuente con esa búsqueda de la verdad. Por si quisieras conocer mas sobre David entra en https://www.davidenriqueztrovador.com/

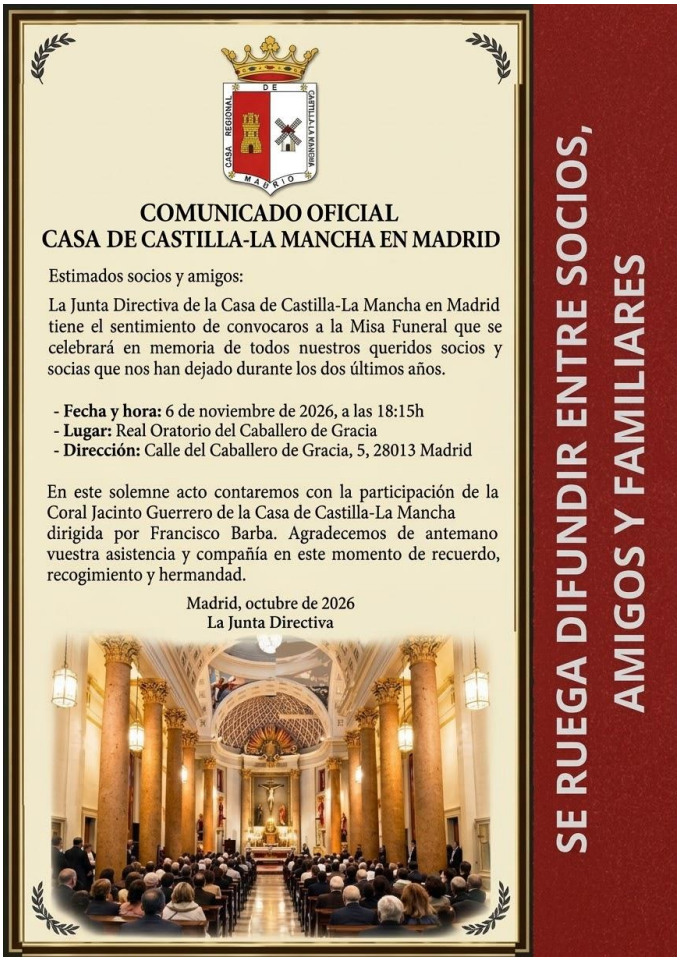




Javier Gijón.- Un madrileño fácil de ver en el circuito de la música de autor de la capital. Formó parte de diferentes grupos musicales durante más de 30 años. En 2018 comienza su carrera en solitario en la que ha publicado dos discos:" Calle de la libertad" e "Infinitesimal". Su música es intimista, con armonías y letras que suelen expresar sentimientos. Lo encontramos en Instagram @gijonconde, Facebook Javier Gijón Conde, o YouTube es Javier Gijón Conde.

Con este ciclo la madrileña Casa de Castilla La Mancha, contribuye a divulgar el actual panorama de cantautores tan activo en grandes ciudades y otras `poblaciones. Aprovechamos ahora para ofrecer a todos los y las cantautores/as, que quieran participar que contacten con nosotros.

VIERNES DÍA 6 A LAS 18.15. ORATORIO de la calle CABALLERO DE GRACIA. MISA FUNERAL POR LOS SOCIOS de la CASA de CASTILLA LA MANCHA.





SÁBADO DÍA 7 A 12,30H. INAUGURACIÓN DE LA EXPOSICIÓN DE PINTURA, DE RAFAEL DE LA VEGA, JOSÉ TORO, MARIO JIMENO Y AURORA BRAVO. DE LA ASOCIACIÓN DE ARTISTAS, CREADORES Y ESCRITORES EN DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS.



Mario Jimeno, Con expresión abstracta sobre iconos culturales Una obra muy personal, intima.



José Toro con sus impresionantes dibujos de regusto manchego .tan didácticos y respetuosos.

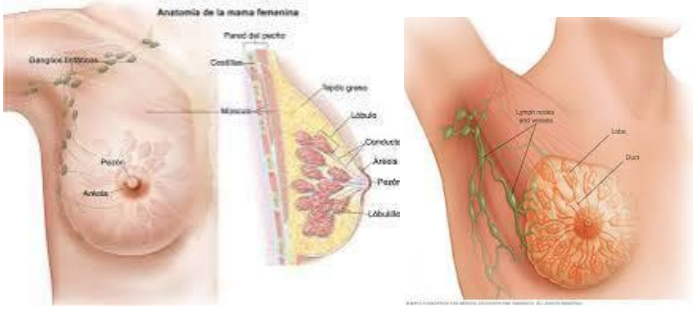


De **Rafael de la Vega** admiramos; paisajes, marinas y naturalezas muertas entre el realismo y el impresionismo



Aurora Bravo. Con una obra de alta presencia internacional, entre el realismo y la abstracción. Trae luz y mucho color.

Martes día 10 a las 19h Salón de Actos AULA DE SALUD, dirigida por Julia de Campo y Brígida de Fez. Conferencia. "MASTOPATIAS FIBROQUISTISTICAS BENIGNAS EN LA MUJER". Por Julia de Campos. Enfermera que será presentada por Brígida de Fez.



Durante la conferencia se hablara de las características sanitarias de las mamas femeninas, señalando los tipos más comunes de patologías y se enumeraran los consejos prácticos mas verificados, para prevenir personalmente la aparición de esta patología.

Este curso se reactiva por sus dos codirectoras el aula de Salud, en la idea de establecer un ciclo bimestral con temas sanitarios de interés para socios y usuarios. Incluso se podrán proponer temas para estudiar su inclusión adelante.

Miércoles día 11 a las 6,30h. Salón. Presentación de las novelas. "HERENCIA OCULTA" de JULIETA DEOSSA Ed. Universo Letras del Grupo Planeta. y "EL RIO DELATOR" de MYRIAM GARCÍA CARROMERO. Ed. Hades. Presentadas por Juan López Martínez y Carlos Vara.



Herencia Oculta, comienza con la muerte de Asier. ¿Quién fue realmente Asier? ¿Qué dejó sin decir?. Yulia desentierra una verdad que podría cambiarlo todo. Un viaje íntimo hacia lo que se oculta, lo que se pierde… .

El Río Delator, novela hispanochilena sobre dos dictaduras en plena guerra fría la naciente chilena y la española moribunda. La protagonista, Cuca, es mujer que pertenece a esos dos mundos y es también madre….



Miércoles Día 11 y día 25 Grabamos el Podcast "Madrid Territorio Manchego" entregas 15 y 16. Estas tardes a primera hora a las 16,30 vamos a producir en directo un programa de radio para su emisión en internet bajo la tipología de podcast y con el nombre genérico de MADRID TERRITORIO MANCHEGO. Es una actividad de la Casa desarrollada por un grupo de personas socias que nos darán noticias de las actividades de la Casa, de las realizaciones de paisanos de Castilla La Mancha que están con sus proyectos en Madrid. Durante el programa habrá entrevistas, comentarios…. Hacemos pública la producción por si quieres acercarte y ver en vivo como se hacen estas cosas. Buscamos voces para las emisiones y colaboradores. En este momento el programa se hace entre seis personas, dos de ellas con el desarrollo de labores técnicas de grabación, edición y difusión en los canales especializados. Cuatro en la realización de las tareas de redacción. Cada una al frente de una sección de divulgación y entrevistas.

Viernes 13 a las 18,30 Salón de Actos."BECQUERIANA I" "FESTIVAL DE CANCIONES Y POESIA AMOROSA".



Sábado día 14 a las 12,30h en el Salón de Actos. La ACAM, nos invita a su acto de entrega del PREMO Taurino PEDRES. Dedicado al mejor toreo de capote en la Feria de Albacete 2026. en esta ocasión a recaído en el torero **PACO UREÑA**, con el que se mantendrá un coloquio. El galardón le será entregado por Pedro Martínez Jareño, hijo del legendario matador albaceteño.



VIAJE A CEBOLLA Y CAZALEGAS (Toledo) 14 Noviembre

Salida a las 9,30 horas de la Glorieta de Embajadores, instituto Cervantes-gasolinera. **A las 11 h** Llegada a CEBOLLA, parada técnica, visitamos la Iglesia Parroquial de San Cipriano, del S.XVII edificada en ladrillo del barroco toledano. Después nos desplazaremos a 3 kilómetros, para visitar la Ermita de San Illán, donde se venera a la Virgen de la Antigua, patrona de Cebolla. Tiene una bella espadaña y una preciosa galería porticada, destacando los azulejos que representan la vida y milagros de San Illán, nos acompañara el párroco.





A la vuelta visitaremos la antigua parroquia de Mañosa, edificio medieval de estilo cristiano. El presbiterio y altar mayor están cubiertos de cerámica de Talavera de 1599, tratándose de una magnífica colección de azulejos. Recorreremos las calles de esta villa: Palacio de los Duques de Frías, Rollo de Justicia y su monumento más antiguo que veremos a distancia, el Castillo de Villalba, construido por los musulmanes S. XI y XII, actualmente en ruinas.

A las 14,00 horas comeremos en el **MESON CANTARRANAS** a base del siguiente menú: elegir entre Primero : Arroz meloso ó Verduras en tempura Segundo: Ragout de cerdo con champiñones ó Fritura de pescado. Vino, casera y agua

A las 16 horas: Saldremos para **CAZALEGAS**, para visitar el Centro de Educación Ambiental del Río Tajo y los bellos paisajes que ofrece el Pantano de Cazalegas. El Centro nos dará a conocer el recorrido del río Tajo, el ciclo del agua, creación de las depuradoras del agua y la flora y fauna de estos parajes. Si el tiempo lo permite daremos una vuelta por el pueblo para ver el bonito abrevadero de mosaicos de Talavera, El Caño y el viejo Depósito Municipal.

A las 18,30 h. Regreso a Madrid. **PRECIO 75 € SOCIOS 62 € (incluye: autocar, comida en el Mesón Cantarranas, visitas, Centro Ambiental del río Tajo y seguro)**. INSCRIPCIONES: Miércoles de 18.30 a 20.30

Jueves 17 de DICIEMBRE EXCURSIÓN a "TORRELAGUNA Y TORREMOCHA DEL JARAMA"

(Tierras que pisaron nuestro Patrón de Madrid, San Isidro y su esposa Santa María de la Cabeza)

A las 9,30 horas: Salida de la glorieta de Embajadores (instituto Cervantes-gasolinera). **A las 10,30 horas**: llegada a **TORRELAGUNA**, donde acompañados por un guía oficial visitaremos la **Iglesia de la Magdalena**, gótica del S. XV con retablos barrocos y plateresco. Aquí está enterrado el poeta cordobés Juan de Mena. **Abadía de las Madres Concepcionistas Franciscanas Descalzas**, S. XVI (Posibilidad de adquirir dulces típicos que fabrican las monjitas). **Convento de las Carmelitas de la Caridad**, neogótico S. XIX. **A las 12,00 horas**: Siguiendo la visita con guía oficial, veremos el pueblo de **Torrelaguna:** Casas Solariegas, Palacios, Ayuntamiento, Casa de Cultura, Muralla, etc. **Posibilidad de escuchar, a las 12 horas, el ANGELUS que entonan en Gregoriano las madres Concepcionistas.**





A las 14,30 horas: Comida en el Restaurante Antigua CASA PATATA, con arreglo al siguiente MENÚ: Primero: elegir entre: Paella mixta / Alubias pinta con matanza / Pisto con huevo. Segundo: elegir entre: Pollo asado con verduras/secreto blanco encebollado/Merluza en salsa verde. Bebidas y postre. **A las 16,00 horas**: Salida en autocar para TORREMOCHA DEL JARAMA, a 5 kilómetros. **A las 16,30 horas:** Visita a **la Iglesia de San Pedro Apóstol**, románica del S.XII, **Centro Artesanal Torrearte (Museo Regional de Agricultura**) y, si el tiempo lo permite, **Cocederos del vino (típicas cuevas).**

A las 18,30 horas: Regreso a Madrid PRECIO (incluye: autocar, almuerzo en restaurante, guías, entradas y seguro.

PRECIOS E INFORMACIÓN SOCIOS: 65 Euros NO SOCIOS: 75 Euros.INSCRIPCIONES. Miércoles de 18,30 a 20,30

EXCURSIÓN FENOMENAL PARA CERRAR EL AÑO Y CONVIVIR JUNTOS UNAS HORAS.

Sábado Día 14 a las 12,30h. Sala B. Exposición colectiva de artistas invitados. Con la participación de CARMEN DE LA LASTRA, MARTINE VALLÉE, ROBERTO MARFIL, PABLO MAYORAL, CARLOS ORTEGA, CLARA TENGONOFF.

La exposición podrá visitarse hasta el día 18 de diciembre con el siguiente horario de visitas. Horario martes y miércoles de 12, 14,30. Jueves viernes y sábado mañanas de 12 a 14,30h tardes de 17 a 21.



CARMEN DE LA LASTRA



MARTINE VALLÉE



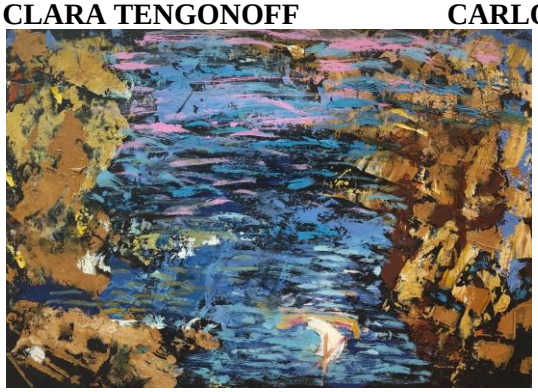
ROBERTO MARFIL



CLARA TENGONOFF



CARLOS ORTEGA



PABLO MAYORAL

SALA B

Una nueva sala de exposiciones
Se abre con esta muestra colectiva de arte contemporáneo en la que participan seis artistas que muestran una obra bien diferente, plena de personalidad.

Carmen de la Lastra.-Artista polifacética en las artes plásticas con una amplia producción tanto de oleos como acuarelas ilustración…En el último periodo está volcada en el grabado y el aguafuerte, que le permiten presentar una sugerente e interesante obra y cautiva nuestra mirada.

Martine Vallée.- Artista con largas estancias de formación y producción en Paris y Londres. Se expresa tanto en las artes plásticas como en las visuales, con gran capacidad técnica. Altamente Implicada en aspectos sociales y ecológicos de la transformación del planeta por la acción humana.

Roberto Marfil.- Artista castellano manchego inserto en el mundo artístico madrileño donde ha desarrollado todo tipo de proyectos y funciones, con una obra reflexiva, con la que transmite su opinión, acciones y pensamiento.

Clara Tengonoff.-Artista y gestora de arte que al frente de la galería Espacio Cultural Abierto, viene desarrollando un proyecto de exhibición y acercamiento al arte, desde la formación y la reflexión. Admiramos ahora una mínima representación de sus últimas obras.

Carlos Ortega.- Desde su intima relación con Madrid y sus vivas acuarelas de espacios urbanos, bares, restaurantes, tiendas, calles…….que es una de sus últimas líneas de trabajo, nos muestra ahora su intenso trabajo.

Pablo Mayoral.- Artista que aprende el oficio en el taller del pintor conquense Mariano Lozano (Estrujenbank proyecto compartido con el tomellosero Dionisio Cañas entre otros). Se convierte en un interesante ilustrador y cartelista con larga trayectoria en las artes graficas.

Participa en el Colectivo de Artistas del Sur y participa en los últimos años en muchas exposiciones colectivas.



Martes dia 17 a las 19,30h. Sesión CDXXXIII de la Tertulia Literaria "Eduardo Alonso". De la AC Albacete en Madrid. Codirigida y coordinada por la poeta y escritora **ANA GARRIDO PADILLA** y el poeta y escritor **JUAN PEDRO CARRASCO GARCÍA,** con arreglo al siguiente programa: **1ª Parte**: Lectura de poemas a cargo de diversos autores previamente seleccionados. **2ª Parte.** :El poeta **RAFAEL MORALES BARBA,** ofrecerá una lectura seleccionada de su obra, será presentado por el profesor **FERNANDO YUBERO.**

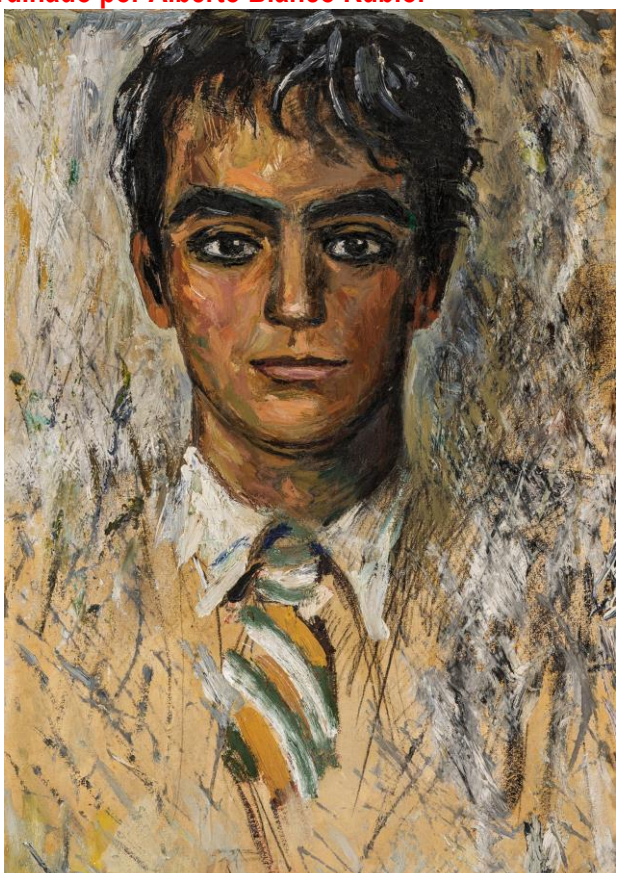




RAFAEL MORALES BARBA (Madrid, 1958) doctor en filología hispánica y profesor de literatura española en la UAM. Ejerció como profesor de literatura hispanoamericana en la Universidad de St. Lawrence (USA). Especialista en la 2ª mitad del siglo XX y del XXI, ha sido director/secretario de múltiples congresos.

Su obra creativa está en \'Canciones de deriva\' (2007), \'Climas\' (2013) \'Manual de nocturnos\' (2017) y el inédito \'Aquitania\' (2020).

Miércoles día 18 a las 12,15 h III Reunión del SEMINARIO: LA GENERACIÓN DEL 1927 Y CASTILLA LA MANCHA. Coordinado por Alberto Blanco Rubio.



Lorca visto por el pintor de Valdepeñas **Gregorio Prieto,** Pintor de la Generación del 27

Miércoles dia 18 a las 18,30h, en el Salón. Conferencia "EL FLAMENCO EN CASTILLA LA MANCHA" por nuestro socio LUIS F. LEAL.



Luis F. Leal, desde joven, ha dedicado parte de su trabajo a la investigación de la guitarra y de los guitarreros. Fruto de ese trabajo son libros como "La guitarra en Castilla-La Mancha", "La guitarra en la poesía española", "Los guitarreros de Madrid","Los Guitarreros de Andalucía"... que le han granjeado premios como el de la Cátedra de Flamencología de Jerez y el de La Unión, galardones que avalan su prestigio a nivel internacional. En la conferencia **El flamenco en Castilla-La Mancha**. Se hará una breve exposición de sus nebulosos orígenes y de la interconexión entre las tierras de Andalucía y las castellano-manchegas. Se harán alusiones a escritores con gran autoridad en la materia y se recordarán figuras castellano-manchegos y su gran aportación al baile, toque y cante.



Viernes día 20 a las 19h, Salón de Actos. CONCIERTO ESPECIAL del GRUPO VOCAL "CRÓNICA", del Ateneo de Alcázar de San Juan. CELEBRACION DE Santa Cecilia con UNCAREMA.



Un grupo de voces mixtas, compuesto de siete componentes y acompañamiento de una guitarra. En sus temas, tan importante es la palabra como la música. La temática es **"Poesía que se canta" o "Música de autor".** El concierto es un recorrido por la literatura en lengua castellana, desde su nacimiento, en San Millán de la Cogolla, en el siglo XIII, hasta la actualidad. La palabra en forma de poema de **Gonzalo de Berceo, Jorge Manrique, Luis de Góngora, Espronceda, Bécquer, Antonio Machado, León Felipe, Miguel Hernández, Jorge Guillén, José Hierro y Daniel Escribano**. Toda la música ha sido compuesta o arreglado por éste último, a su vez director de Crónica.

Un concierto inolvidable con taquilla inversa.

Sábado día 21 a las 17h presentación del libro "Orgullo en la piel" de SENIT CAMBRA, acompañada de Natacha Pazmiño, Francisco Caballero, Aby Luna, Albita Neira.



Senit Cambra. Una madre Colombiana, radicada en Madrid hace más de 28 años, Emigró a España, huyendo de la desesperación por una situación que la superaba, tuvo que enfrentarse a decisiones difíciles realizar trabajos que nadie entendería, marcada por el sacrificio y la supervivencia, para sacar su familia adelante, traspasó prejuicios y rechazos. Hoy nos cuenta su historia, para dar a conocer que detrás de cada persona hay algo que contar.
Nos acompañaran los cantantes Jsound y Jessica y un poquito de teatro con Victoria Santos, Karin Kovalka, Jason Trigueros

Domingo día 22 A las 18 h Tarde de Karaoke dirigido por María José Tirado.





Martes dìa 24 a las 12,30. Club de lectura, sesión XX. Coordinado por la escritora Sofía Lía Máxima. Con el libro MUSICA Y FIERAS de JUAN ANTONIO GOMEZ PINTADO.



Martes dia 24 a las 12,30 h Sesión del taller "DESDE EL HILO DEL PASADO" TALLER DE ~~RECUPERACIÓN~~ DE LITERATURA ORAL A este taller han asiste un grupo de socios para recordar elementos de la literatura popular de sus lugares de origen en Castilla la Mancha, los temas que se han repasado han sorprendiendo a los participantes. Con la coordinación de Milagros Salvador y Henar Hernández ahora un nuevo curso, en el que puedes inscribirte. En las sesiones que trataran de ser temáticas podrás escuchar las experiencias y recuerdos de otros, pero también podrás aportar los tuyos, de tu familia y conocidos. Entre todos descubrimos rasgos del pasado. Lo vas a pasar "*feten*".



Con la aportación de los participantes se elaborara un artículo sobre los temas tratados que se hará público en la revista BESANA.. Os esperamos en este interesante taller .en el que la participación es la clave del mismo.

Martes 24, a las 19.30 AULA TAURINA codirigida por Emilio Martínez, Juan Gómez Castaneda y Ángel Herranz
Sesión de entrega del PREMIO AULA TAURINA DÁMASO GONZÁLEZ al mejor profesional regional en la pasada Feria de San Isidro.

Recogerá la distinción el galardonado que corresponde al ganadero RAFAEL FINAT, de la divisa de CONDE DE MAYALDE. A continuación se celebrara un amplio coloquio con el premiado.



Miércoles día 25 a las 18,30h AULA DE LETRAS dirigida por Ana Ortega. Presenta a la filóloga Margarita Álvarez Martínez que pronunciara la conferencia, *EL EDADISMO Y SU LENGUAJE.*





La parte nuclear de la conferencia versará sobre el lenguaje del edadismo, tanto del edadismo consciente como del inconsciente y del autoinfligido.
Finalmente, se expondrán algunas estrategias para luchar contra el edadismo, tanto social como lingüístico, y se presentará de forma crítica el lenguaje paternalista que trata de evitarlo, por el uso excesivo de circunloquios y eufemismos, frente a los que se apostará por desposeer de connotaciones negativas a la palabra viejo/a.
La profesora, ensayista, y creadora literaria, lleva tiempo estudiando rasgos del lenguaje, destacando sus trabajos sobre El Lenguaje del menosprecio (2021), La Mujer y lenguaje (2026). En los últimos años viene trabajando sobre el lenguaje del edadismo.

Día 27 a las 19h en el Salón de Actos. Aula Abriendo Puertas a Hispanoamérica. Aula dirigida por Isabel Jenny Tello Limaco. "Hispanidad y hospitalidad: ecos haitianos de dos conceptos" CONFERENCIA del embajador de Haití Dr. Wooldy Edson LOUIDOR











Clases en las instalaciones de la Casa de Castilla La Mancha

El Azafrán de La Mancha: Tradición, Territorio y Salud del Oro Rojo

por Brígida de Fez Algarra, Nutricionista y Terapeuta

Origen, cultivo, producción e importancia económica, turismo y experiencias.

El **Azafrán de La Mancha** es uno de los productos agrícolas más singulares y valiosos de Castilla-La Mancha. Su prestigio se fundamenta en siglos de tradición, en un método de cultivo artesanal y en una calidad excepcional reconocida desde el **17 de marzo de 2001**, fecha en la que obtuvo la **Denominación de Origen Protegida (DOP)**. Esta certificación garantiza que cada hebra procede exclusivamente de los campos manchegos y que ha sido elaborada siguiendo técnicas ancestrales.

Su cultivo se extiende por **Albacete, Ciudad Real, Cuenca y Toledo**, abarcando **335 municipios** donde el azafrán forma parte del paisaje agrícola y de la identidad cultural. La siembra de los bulbos de *Crocus sativus L.* se realiza en verano, y la floración tiene lugar entre **octubre y noviembre**, cuando las flores lilas emergen al amanecer. La recolección es completamente **manual**, una labor delicada que exige rapidez y precisión: cada flor debe abrirse y extraerse sus tres estigmas rojos en un proceso llamado **monda**. Para obtener **un kilo de azafrán** se necesitan alrededor de **185.000 flores**, lo que explica su valor económico y su consideración como "oro rojo".

El tostado a fuego lento, característico de La Mancha, potencia su aroma, su color y su contenido en safranal, diferenciándolo de otros azafranes del mundo. Su comercialización se realiza únicamente en **hebra** y en envases de hasta **100 g**, nunca a granel, garantizando trazabilidad y autenticidad.

El azafrán es también un motor turístico. La región ofrece experiencias únicas como la **Ruta del Azafrán**, visitas al **Museo del Azafrán de Madridejos**, talleres de monda, demostraciones de tostado y jornadas gastronómicas donde los visitantes pueden participar en la recolección, conocer el proceso artesanal y degustar platos tradicionales. Estas actividades han convertido al azafrán en un atractivo cultural que une agricultura, historia y turismo experiencial.

Uso en la cocina tradicional y en la mesa

El Azafrán de La Mancha es un ingrediente imprescindible en la **cocina tradicional castellano-manchega**, donde aporta color dorado, aroma profundo y un sabor cálido y ligeramente amargo. Su presencia es esencial en platos emblemáticos como:

- **Gachas, migas y calderetas**, donde realza el sabor de carnes y guisos.
- **Arroces y paellas**, aportando su característico tono dorado.
- **Sopas, potajes y estofados**, especialmente en recetas de invierno.
- **Dulces tradicionales**, como tortas, bizcochos y rosquillas aromatizadas con azafrán.

Además, su uso se ha extendido a la **alta cocina**, donde chefs nacionales e internacionales lo emplean en salsas, cremas, pescados, pastas y postres contemporáneos. También se utiliza en **infusiones**, en la elaboración de **licores artesanales** y en productos gourmet como mieles, quesos y aceites aromatizados. Su versatilidad lo convierte en un ingrediente capaz de transformar cualquier plato con apenas unas hebras, aportando elegancia y profundidad aromática.





Propiedades nutricionales, dietéticas y terapéuticas

El Azafrán de La Mancha posee importantes **propiedades nutricionales y terapéuticas**. Rico en safranal, **carotenoides** y **picrocrocina**, un potente antioxidante natural que contribuye a proteger las células frente al envejecimiento y el estrés oxidativo. Entre sus beneficios destacan:

- **Mejora del estado de ánimo**, tradicionalmente utilizado como tónico emocional.
- **Propiedades digestivas**, favoreciendo la digestión y aliviando molestias gastrointestinales.
- **Efecto antiinflamatorio**, útil en procesos inflamatorios leves y dolores menstruales.
- **Estimulación del apetito**, empleado históricamente en dietas de recuperación.
- **Apoyo a la memoria y la concentración**, gracias a sus compuestos bioactivos.

Su uso moderado en la cocina aporta sabor y color sin añadir grasas ni azúcares, convirtiéndolo en un aliado saludable dentro de una dieta equilibrada. El **Azafrán de La Mancha** es, en esencia, una combinación perfecta de **tradición, calidad y cultura**. Su cultivo artesanal, su presencia en la gastronomía y sus propiedades saludables lo convierten en un producto único, arraigado en la identidad de Castilla-La Mancha y reconocido internacionalmente como el auténtico **oro rojo** de la región.









SALAS CASA DE CASTILLA LA MANCHA EN MADRID INSTALACIÓN A TU DISPOSICIÓN





ENTIDAD DECLARADA DE INTERÉS PUBLICO







info@casaclmmadrid.org





Porcentaje de deducción para personas físicas. Si haces una donación como socio a la Casa de Catilla la Mancha en Madrid. Puedes: Deducir el 80 % de los primeros 250 € donados al año. **Porcentaje de deducción para empresas y personas jurídicas.**

Las empresas. Deducción del 40 % sobre el total.

IRPF



Lotería de Navidad.
Hermandad Nuestra Señora de las Cruces
Venta los viernes de 18h a 20h



Lotería de Navidad. Casa de Castilla La Mancha
Horario de venta. Desde el 15 de octubre. Mañanas. Martes a sábados de 12h a 14h
Tardes de martes a sábados de 16h a 19h





Para formar parte de nuestros grupos artísticos. **Infórmate en el 915227278**