

PERA CONFERENCIA DEL BIERZO



Bierzo2030
Territorio Azul



Sabores para compartir

La Pera Conferencia del Bierzo se caracteriza por su **forma alargada y estilizada**, con **piel fina** de color **verde** claro con **matices pardos**, que presentan zonas de **textura rugosa** y ligeramente **áspera** (russetting). Su **pulpa** es muy **jugosa**, fresca, **dulce y aromática**, con una textura suave y agradable al paladar, que la convierte en una fruta muy apreciada. Es un fruto de consumo muy versátil, apto para todas las edades, gracias a su fácil digestión y a sus interesantes propiedades nutricionales. Su expansión en la comarca se consolidó durante el siglo XX, al encontrar en el Bierzo un entorno especialmente favorable para su desarrollo gracias a su clima suave, las abundantes precipitaciones y la riqueza de sus suelos. Actualmente, la Pera Conferencia del Bierzo está protegida por la **Marca de Garantía** "Pera Conferencia del Bierzo", gestionada por la Asociación Berciana de Agricultores, que **certifica su origen y calidad**, admitiendo únicamente las categorías comerciales **Extra** y **I**. Todo ello da lugar a una fruta de gran calidad, sabor característico y reconocido prestigio dentro de la producción frutícola berciana.

www.alimentoscalidadbierzo.es

ORGANIZA:



FINANCIA:



PERA CONFERENCIA DEL Bierzo



Bierzo2030
Territorio Azul



Sabores para compartir

VALOR NUTRICIONAL

- Alto aporte de **Vitamina C**
- **Vitaminas del grupo B**. B1 (Tiamina), B2 (Riboflavina), B3 (Niacina), B6, B9 (Folatos).
- **Provitamina A**. Carotenos.
- **Vitamina A** (equivalentes de retinol).
- **Vitamina E**. Un potente **antioxidante**.
- Gran contenido de **agua**.
- **Minerales esenciales**. Potasio, Fósforo, Calcio, Magnesio, Sodio, Hierro, Zinc.
- Rica en **fibra**.
- Gracias a su **bajo aporte de hidratos de carbono y sodio**, y a su elevado contenido en **potasio**, es una fruta especialmente adecuada para personas con **diabetes, hipertensión o patologías cardiovasculares**.

CARACTERÍSTICAS

- **Características externas:**
 - Tamaño grande de color verde claro intenso con matices pardos y amarillentos, ruseting (capa marrón y rugosa en la piel) intenso y de marcada forma alargada simétrica.
- **Características internas:**
 - Piel dura con carne blanda y tersa. Jugosidad elevada y olor con intensidad media. Acidez muy baja. Dulzor elevado.

USO GASTRONÓMICO

- Peras al vino tinto.
- Pera asada con castañas confitadas.
- Bizcocho con pera caramelizada.
- Tosta de pera, cecina y queso de cabra

www.alimentoscalidadbierzo.es

ORGANIZA:



FINANCIA:

