

2.3.3.- Jo vull ser pagès!

Moltes de les nostres tradicions culinàries i gastronòmiques, estan determinades per les estacionalitats dels aliments....panellets, peretes de Sant Joan, canelons...però coneixem l'origen del perquè els mengem i quan els mengem? La temporalitat dels aliments és un dels paràmetres més important de la Dieta Mediterrània, ja que en el moment precís de la seva collita, és quan els aliments són de millor qualitat, tant de sabor com a nivell nutricional. Conèixer-los fa que els puguem aprofitar al màxim!