

PRODUCTORES  
ECOLÓGICOS

FRESCURA  
Y CALIDAD

el  
eCOMERCIO   
~~~~~  
GUADALHORC **ecológico**

PRODUCTOS DE  
CERCANÍA

MERCADOS  
LOCALES

Spiga Negra



C/ La Zahareña, 9. Humilladero, Málaga

Telf.: 952737455

[www.spiganegra.com](http://www.spiganegra.com)

[info@spiganegra.com](mailto:info@spiganegra.com)

[blog.elamasero.com](http://blog.elamasero.com)

Facebook: @spiganegra



Alhaurín el grande, Málaga

Telf.: 658879665

[prial008@gmail.com](mailto:prial008@gmail.com)

Facebook: @fincabalagopal

[www.fincabalagopal.com](http://www.fincabalagopal.com)



ASOCIACIÓN  
GUADALHORCEcológico



Finca La Juntilla en Coín, Málaga

Telf.: 635707612

[www.fincalajuntilla.com](http://www.fincalajuntilla.com)

[pedidos@fincalajuntilla.es](mailto:pedidos@fincalajuntilla.es)



Finca en Coín, Málaga

Telf.: 620504057

[consumoecologicofamiliahevilla@gmail.com](mailto:consumoecologicofamiliahevilla@gmail.com)

[www.familiahevilla.es](http://www.familiahevilla.es)

@GrupodeConsumoecologicoFuengirolayMijas





Tlf. 670898345

[www.aloedelgenil.com](http://www.aloedelgenil.com)

Fb, Tweeter e Instagram @aloedelgenil  
Finca en Puente Genil ( Córdoba )

Avda. María Victoria Atencia s/n  
29010, Málaga

Teléfono 661043236

[www.mieles.net](http://www.mieles.net)

[www.aulaapicolaymedioambiental.es](http://www.aulaapicolaymedioambiental.es)



ASOCIACIÓN  
GUADALHORCEcológico



C/Sebastian Souviron Nº 10, Málaga

Telf.: 634250829

[www.biomilanes.com](http://www.biomilanes.com)

Email: [cestas@biomilanes.com](mailto:cestas@biomilanes.com)

Facebook: @biomilanes

Finca en Pizarra ( Málaga )

Cara del Río s/n. Alozaina, Málaga

Telf.: 665169801

[www.biovegadelosrios.com](http://www.biovegadelosrios.com)

Email: [biovegadelosrios@yahoo.com](mailto:biovegadelosrios@yahoo.com)

Facebook: @biovegadelosrios

Finca en Alozaina ( Málaga )



**PRODUCTOR Y PRODUCTO**

|                     |                                   |
|---------------------|-----------------------------------|
| Aloe del Genil      | Aloe Vera y derivados             |
| Bee Garden          | Miel y derivados                  |
| Biomilanes          | Frutas, verduras y hortalizas     |
| BioVega de los Ríos | Frutas, verduras y hortalizas     |
| Bioles              | Legumbres, harinas y frutos secos |
| Bioluz              | Aceite                            |
| Ecohuerta           | Frutas, verduras y hortalizas     |
| EcoMaribel          | Frutas, verduras y hortalizas     |
| Spiga Negra         | Pasta                             |
| Finca Bala Gopal    | Legumbres, harinas y frutos secos |

**PRODUCTOR Y PRODUCTO**

|                       |                                      |
|-----------------------|--------------------------------------|
| Finca La Juntilla     | Frutas, verduras y hortalizas        |
| Familia Hevilla       | Frutas, verduras y hortalizas        |
| Naturdis              | Huevos, mieles, especias y conservas |
| La Leshe Que Tan Dao  | Quesos y vinos                       |
| Panadería Das Brot    | Pan y dulces ecológicos              |
| Panadería Zapelia     | Pan y dulces ecológicos              |
| Rancho Cortesano      | Miel y derivados                     |
| Familia Arana         | Frutas, verduras y hortalizas        |
| El Cabrero de Bolonia | Quesos de cabra                      |
| AguaVientoWaterWind   | Comida vegana                        |

# HUERTA DEL GUADALHORCE

CALENDARIO  
DE VERDURAS Y HORTALIZAS  
DE TEMPORADA  
AL AIRE LIBRE

## VERDURAS Y HORTALIZAS

- ACELGA
- AJOS
- ALCACHOFA
- APIO
- BATATA
- BERENGENA
- BRÓCOLI
- CALABACÍN
- CALABAZA
- CEBOLLA
- CEBOLLETA
- CHÍCHARO
- COL LOMBARDA
- COL VERDE
- COLES DE BRUSELAS
- COLIFLOR
- ESCAROLA
- ESPINACA
- FIJONES
- GUISANTE
- HABA
- HINOJO
- JUDÍA
- LECHUGA HOJA DE ROBLE
- LECHUGA LOLLO ROSA
- LECHUGA MALAGUEÑA
- LECHUGA MARAVILLA
- NABO
- PATATA
- PEPINO
- PIMIENTO ASAR
- PIMIENTO VERDE
- PUERROS
- RABANILLA
- RÁBANO
- REMOLACHA ROJA
- ROMANESCO
- RÚCULA
- TOMATE
- TOMACHE CHERRY
- ZANAHORIA

|                       | ENE | FEB | MAR | ABR | MAY | JUN | JUL | AGO | SEP | OCT | NOV | DIC |
|-----------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| ACELGA                | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   |
| AJOS                  | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   |     |
| ALCACHOFA             | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   |     |     |     |     |     | ○   | ●   |
| APIO                  | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   |
| BATATA                | ○   | ○   | ○   | ○   |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   |
| BERENGENA             |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |
| BRÓCOLI               | ●   | ●   | ●   |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |
| CALABACÍN             |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     |
| CALABAZA              | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |
| CEBOLLA               | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   |
| CEBOLLETA             | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |
| CHÍCHARO              |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     |
| COL LOMBARDA          | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   |
| COL VERDE             | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   |
| COLES DE BRUSELAS     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     |     |     |     |     | ●   |
| COLIFLOR              | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     | ○   | ●   | ●   |
| ESCAROLA              | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |
| ESPINACA              | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |
| FIJONES               |     |     |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |     |
| GUISANTE              | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     |     | ○   | ●   |
| HABA                  | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     |     |     |     | ○   | ○   | ●   |
| HINOJO                | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |
| JUDÍA                 |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |
| LECHUGA HOJA DE ROBLE | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     | ○   | ●   | ●   | ●   |
| LECHUGA LOLLO ROSA    | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     | ○   | ●   | ●   | ●   |
| LECHUGA MALAGUEÑA     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   |
| LECHUGA MARAVILLA     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |
| NABO                  | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     | ○   | ●   | ●   | ●   |
| PATATA                | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   |
| PEPINO                |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     |
| PIMIENTO ASAR         |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   |     |
| PIMIENTO VERDE        |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   |     |
| PUERROS               | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   |
| RABANILLA             | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |
| RÁBANO                | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |
| REMOLACHA ROJA        | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   |
| ROMANESCO             | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     |     | ○   | ●   | ●   |
| RÚCULA                | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   |     |     | ○   | ●   | ●   | ●   |
| TOMATE                |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |
| TOMACHE CHERRY        |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     |
| ZANAHORIA             | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   |

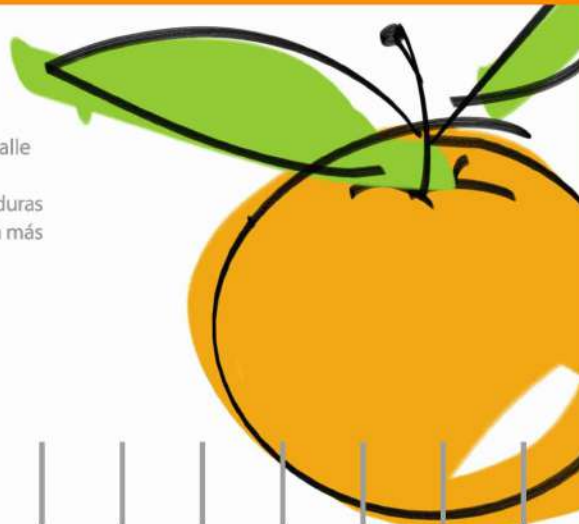
● MES CON INTENSA PRODUCCIÓN ○ MES CON MODERADA PRODUCCIÓN



CALENDARIO DE FRUTAS VERDURAS Y HORTALIZAS DE TEMPORADA



Desde el Grupo de Desarrollo Rural Valle del Guadalhorce (Málaga) estamos fomentando el consumo de frutas, verduras y hortalizas de temporada porque son más saludables, económicos y más ecológicos.



HUERTA DEL GUADALHORCE

CALENDARIO DE FRUTAS DE TEMPORADA AL AIRE LIBRE

- ACEITUNA
- AGUACATE
- ALMENDRA
- ALBARICOQUE
- CEREZAS
- CAQUI
- CHARONI
- CHIRIMOYA
- CHUMBO
- CIRUELA
- GRANADA
- BREVA
- HIGO
- FRESA
- LIMÓN
- MANGO
- MANDARINA
- MANZANA
- MELOCOTÓN
- MELÓN
- MEMBRILLO
- NARANJA
- NECTARINA
- NÍSPERO
- NUECES
- NUECES PACANAS
- NÍSPERO DE INVIERNO
- PERA
- SANDÍA
- UVA

|                     | ENE | FEB | MAR | ABR | MAY | JUN | JUL | AGO | SEP | OCT | NOV | DIC |
|---------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| ACEITUNA            |     |     |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |     |
| AGUACATE            | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   |     |     |     |     |
| ALMENDRA            | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ○   | ●   | ●   | ●   | ○   |
| ALBARICOQUE         |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |     |     |     |     |     |
| CEREZAS             |     |     |     |     | ●   | ●   |     |     |     |     |     |     |
| CAQUI               |     |     |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |     |
| CHARONI             |     |     |     |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ○   |
| CHIRIMOYA           |     |     |     |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   |     |
| CHUMBO              |     |     |     |     |     |     | ○   | ●   | ●   |     |     |     |
| CIRUELA             |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     |
| GRANADA             |     |     |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   |
| BREVA               |     |     |     |     |     | ●   | ○   |     |     |     |     |     |
| HIGO                |     |     |     |     |     |     | ○   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |
| FRESA               | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     | ○   |
| LIMÓN               | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   | ●   |
| MANGO               |     |     |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ○   |
| MANDARINA           | ●   | ●   | ○   |     |     |     |     |     | ○   | ●   | ●   | ●   |
| MANZANA             |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   |
| MELOCOTÓN           |     |     |     |     | ○   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |
| MELÓN               |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |
| MEMBRILLO           |     |     |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   |     |
| NARANJA             | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     | ●   | ●   | ●   |
| NECTARINA           |     |     |     |     | ○   | ●   | ●   |     |     |     |     |     |
| NÍSPERO             |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   |     |     |     |     |     |
| NUECES              | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   | ●   | ●   |
| NUECES PACANAS      | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ○   | ●   | ●   |
| NÍSPERO DE INVIERNO |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     | ●   | ●   |
| PERA                |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |
| SANDÍA              |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |
| UVA                 |     |     |     |     |     | ●   | ●   | ●   | ●   | ○   |     |     |

FRUTAS

Más saludables porque los alimentos son producidos en sus ciclos naturales y recolectados en su momento más óptimo de maduración, lo que hace que conserven sus mejores propiedades organolépticas y nutricionales.

-Más económicos porque al ser producidos en su temporada, no se necesita el consumo de grandes insumos (plásticos, agroquímicos,...), con lo que su obtención son más baratos.

-Más ecológicos porque al consumir menos recursos son más respetuosos con el medio ambiente.

No lo olvides: por tu salud, por tu bolsillo y por el medio ambiente,

**!!! CONSUME ALIMENTOS DE TEMPORADA!!!**

el **MeRRADILL**

GUADALHORCE **ecológico**

1º DOMINGO DEL MES **CARTAMA**

2º SÁBADO DEL MES **ALHARRIN el GRANDE**

3º DOMINGO DEL MES **MIJAS**

4º SÁBADO DEL MES **COIN**

ÚLTIMO DOMINGO DEL MES **MÁLAGA**

ÚLTIMO DOMINGO DEL MES **PIZARRA**