

El Almendro en flor

Diferentes municipios de las Islas celebran en el mes de febrero la fiesta del Almendro en Flor. En estos primeros meses del año el esplendor de sus flores embellecen algunos de nuestros paisajes de una estampa característica adelantándose a la primavera: son los almendros en flor.





El Almendro

El almendro tiene su origen en Asia y es de la familia de las rosáceas. Es un árbol caducifolio cuyo tamaño suele ser de 4 o 5 metros de altura, aunque algunos ejemplares pueden llegar hasta los 10 metros. Su floración alcanza su esplendor en el mes de febrero, pero ya desde diciembre puede verse las flores en algún ejemplar. La flor del almendro es de gran belleza, y puede mostrarse aislada o formando grupos de dos a cinco flores, de color blanco o rosado.

Además de por la extraordinaria belleza de sus flores, el almendro es un árbol muypreciado por su fruto, la

almendra. Su recolección se lleva a cabo en los meses más calurosos, a finales de agosto y septiembre.

En Canarias su cultivo se extendió rápidamente, debido a las características del terreno seco y duro. Muchas zonas de cultivo del almendro en las Islas se encuentran en zonas potenciales de pinar, como es el caso de Tejeda (Gran Canaria), Garafía (La Pama), Vilaflor (Tenerife), entre otros.

Su fruto: La Almendra

La almendra es un alimento con alto contenido energético, de grasas, pro-

teínas, minerales y vitaminas. Destaca su contenido en calcio, hierro, magnesio, fósforo, zinc, cobre, así como vitaminas, particularmente la vitamina E, que destaca por su propiedad antioxidante, y la vitamina B2. La almendra es rica en proteínas, y esto hace que sea muy utilizada en dietas vegetarianas. También destaca su porcentaje elevado de ácidos grasos esenciales y de fibra.

La almendra ha tenido un papel muy importante en la gastronomía canaria, sobre todo en los postres. La almendra dulce es la que se come habitualmente como fruto seco.

La leche de almendra tiene un alto valor nutritivo y se ha empleado tradicionalmente como complemento alimenticio para las anemias, etapas de crecimiento e incluso durante el embarazo. También es un buen sustituto en caso de intolerancia a la lactosa.

Además de destacar el uso alimenticio de la almendra, también cabe señalar su uso para tratar problemas de la piel, y la confección de cremas y mascarillas con efectos hidratantes y nutritivos. También se usa para curar quemaduras superficiales y dermatosis.

El aceite de almendras es muy utilizado, sobre todo por sus propiedades suavizantes e hidratantes para la piel, para evitar la aparición de arrugas, combatir las cicatrices y la resequedad tanto de la piel como del cuero cabelludo. Se emplea en masajes y en aromaterapia ya que ayuda a relajar ■

La almendra ocupa un papel importante en la repostería canaria, como es el caso del bienmesabe.

