

## POPULAR

Fúrgale bien a o borrallo,  
las castañas han de asar,  
te estarán bien asadas  
cuando empiecen a estoupar.

Que viva el magosto y las castañas;  
vivan y revivan las mozas bercianas;  
viva la fogata que voy a saltar  
cuando las castañas vayan a estuopar.



# XXXIX FERIA DE LAS CASTAÑAS DEL BIERZO 2021



## El Magosto

Fiesta de Interés Turístico Regional

Santa Marina del Sil  
Días 13 y 14 de Noviembre



Pharmadus®  
BOTANICALS

infusiones HECHAS CON AMOR en LEÓN

# XXXIX FERIA DE LAS CASTAÑAS DEL BIERZO 2021

## El Magosto

Fiesta de Interés Turístico Regional  
**Santa Marina del Sil**  
Días 13 y 14 de Noviembre

### Día 13, Sábado.

16,30. h. Demostración, confección de Cestería tradicional, en vivo.

18,30 h. Tarde de Magosto. Reparto y Degustación de castañas asadas y productos bercianos, acompañados con vinos del Bierzo.

A la hora de las ánimas. Desfile al magosto tradicional con el “chisque”, por la Castañera Mayor del Bierzo 2021 con el acompañamiento del grupo de gaitas “Alegría Berciana”

Entrega de los premios a los cesteros de la demostración de Cestería.

21. h. Reparto de los bollos del Magosto.

22. h. Actuación de Noa Gómez.

### Día 14, Domingo.

13,15 .h. En la sede del CIT. Recepción de invitados y de la Castañera Mayor del Bierzo 2021.

13,30 h. Encuentro con el **Castañera Mayor del Bierzo 2021 e imposición de sus atributos en la Jornada de “Exaltación del Magosto y las Castañas”**.

La Junta Directiva del Centro de Iniciativas Turísticas (C.I.T.) de Santa Marina del Sil tomó el acuerdo de nombrar Castañera Mayor del Bierzo 2021 a:

**D<sup>a</sup>. BEATRIZ ESCUDERO RUBIO**

Licenciada en Biología, Consejera Delegada y Directora Ejecutiva de “Pharmadus Botanicals” y Gerente de los Laboratorios “Biosalud”

## BENDICIONES DE LAS CASTAÑAS.

“Por su composición química las castañas se parecen más a los cereales que a los frutos secos, pues llegan a tener un 36,6% en hidratos de carbono complejos. El contenido en agua es de un 50%. Existe la creencia de que contienen muchas calorías, y no es así; contienen proteínas y fibra, de ahí que tengan un efecto saciante. Además contienen vitamina E y B3, así como fósforo, magnesio, potasio y hierro, siendo, por lo tanto, ideales para mujeres lactantes y personas con anemia. También en los libros de naturalistas y dietéticos están recomendadas para: el estrés, la depresión, la lactancia, el embarazo, el tránsito intestinal, los problemas vasculares, para la próstata, las anemias, la memoria, las varices, como antiinflamatorio y anticancerígeno. La fama que tienen de ser poco digestivas, sobre todo si se comen crudas, se puede compensar comiéndolas asadas, cocidas, y regándolas con buen y abundante vino, como así se ha hecho y se sigue haciendo en los populares magostos”.

*Del libro el Magosto en el Bierzo. (CIT SANTA MARINA)*

