

—COMPROMETIDOS CO
TEU FUTURO E O DE GALICIA—



Entrevistas



Miguel Aballe
DIRECTOR DE LA
ASOCIACIÓN DE
LATAS DE BEBIDAS

"Las latas son envases ideales para la economía circular"

[Ler máis...](#)



Carol Blázquez
DIRECTORA CREATIVA
DE ECOALF

"Ayudamos a concienciar, no hay un planeta B"

[Ler máis...](#)

Editorial



Javier Domínguez
PRESIDENTE DE SOGAMA

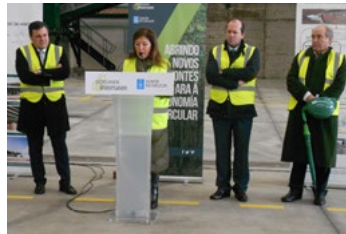
"Complementariedade de sistemas: obxectivo cumprido"

[Ler máis...](#)

Mundo SOGAMA

A nova planta de compostaxe producirá ata 4.000 toneladas de abono de calidade para a terra

As previsións de produción da planta, emprazada no recinto do vertedoiro de residuos non perigosos de Areosa, son que xere cada ano entre 3.000 e 4.000 toneladas de abono, aínda que ten capacidade para procesar 15.000 toneladas de materia orgánica. A súa posta en marcha contribuirá á reciclaxe, antes de 2020, do 50% en peso dos residuos domésticos e comerciais en España.



[Ler máis...](#)

Actualidade

Sogama licita catro servizos por 43.886.000€

Novo curso en liña para o profesorado de primaria e secundaria

Carballo experimenta coa vermicompostaxe, xunto con Narón e As Pontes

Avances no proxecto contra o desperdicio alimentario no penal de Monterroso

[Ler máis...](#)

Multimedia

Videoconto: e hoxe, que comemos?!

App universtaria para intercambiar obxectos

Sharecity, base de datos mundial para non tirar comida



Concurso de vídeos da Axencia Europea do Medio Ambiente

[Ver máis...](#)

Eventos

Estratexia Europea sobre Plásticos

Vinte aniversario de Ecovidrio

Borrador da Estratexia Española de Economía Circular



India, anfitrión do Día Mundial do Medio Ambiente

[Máis eventos...](#)

Receitario



Que comes hoxe?

Tortilla de Pascua

[Ver receita...](#)

Síguenos en...



www.sogama.gal



Editorial



“Complementariedad de sistemas: obxectivo cumprido”

Tal e como estaba previsto e, dando cumprimento ao planning establecido, culminamos a construción dunha planta de compostaxe industrial na que se poderán procesar 15.000 toneladas anuais de materia orgánica procedente da recollida selectiva municipal, conseguindo dar forma ao noso firme compromiso de contribuír á reciclaxe do 50% dos residuos no ano 2020. E fixémoslo, ademais, coa pretensión de devolver á terra o que no seu momento tomamos prestado.

Agora tócanos materializar a entrada en operación dunha instalación pensada fundamentalmente para atender aos municipios limítrofes, que, en todo caso, deberán subscribir as correspondentes condicións de adhesión conforme a un protocolo previo que deseñamos expresamente coa pretensión de garantir os mellores resultados. Non se trata de facer sen máis, senón de facelo ben e obter un abono de calidade.

Paralelamente, estamos avanzando nas obras de ampliación do Complexo Medioambiental, prevendo culminar a primeira fase a finais do presente ano, momento no que se porá en marcha a nova planta de clasificación para os envases contidos na fracción resto e se

activará a maquinaria para incrementar de forma constatable e medible a nosa achega á reciclaxe.

E ao mesmo tempo que vimos desenvolvendo ambas accións, estamos levando a cabo distintas iniciativas industriais de gran calado encamiñadas cara a un obxectivo común: ser unha empresa sostible liderada pola alta eficiencia, as baixas emisións e a prestación dun servizo público exemplar que vaia máis aló das relacións contractuais cos nosos clientes, os concellos, velando en todo momento pola formación ambiental dos seus veciños para propiciar unha xestión compartida, participativa e coordinada dos refugallos. Só así poderemos avanzar cara á economía circular.

Sentímonos orgullosos de ter demostrado que a complementariedade de sistemas no tratamento de residuos, non só é posible, senón beneficioso. A promoción da redución, a reutilización e a reciclaxe, ten continuidade agora coa valorización da materia orgánica a través da compostaxe e a recuperación da fracción resto mediante a valorización enerxética. Non descubrimos nada novo, simplemente achegamos coherencia, sensatez e racionalidade. ●

Presidente de Sogama

Javier Domínguez Lino

Editorial en castelán

Entrevistamos a...



Miguel Aballe muestra una de las latas originales de Krueger de 1935

Miguel Aballe Caride

Director de la Asociación de Latas de Bebidas (ALB)

"Las latas son envases ideales para la economía circular"

Una cualidad que, seguro, nunca habíamos atribuido a las latas de bebidas es su sostenibilidad. Pueden reciclarse de modo indefinido, sin pérdida de calidad, para fabricar tanto los mismos productos como otros distintos. Son "los envases ideales en un entorno de economía circular", asegura Miguel Aballe, director de la Asociación de Latas de Bebidas. En España, el reciclado es del 85%, de los más altos en Europa.

Las latas de bebidas están hoy plenamente integradas en nuestras vidas, pero seguramente a muchos les sorprenderá que este invento tuvo lugar en la primera mitad siglo XX.

Así es, de hecho desde que se inventó la lata de conservas a finales del siglo XVIII se pensó en envasar bebidas, pero hasta 1935 no aparece la primera lata de cerveza comercial en Newark (EE.UU.). Desde entonces el desarrollo tecnológico ha sido espectacular. En las primeras décadas se trabajó en los materiales y el proceso de fabricación y, en los últimos años, se ha avanzado sobre todo en las técnicas de impresión y la reducción de peso.

¿Qué papel desempeña la Asociación de Latas de Bebidas y qué entidades la integran?

La Asociación de Latas de Bebidas es una organización sin fin lucrativo, integrada por los fabricantes de latas de bebidas presentes en España y Portugal, los suministradores de materias primas (acero y aluminio) e

industrias relacionadas. Se constituyó en 1995 para promover y dar a conocer las ventajas de las latas de bebidas, y representar al sector ante las administraciones públicas, sus clientes (envasadores de bebidas), los medios de comunicación, los consumidores, organizaciones y otros sectores industriales. El núcleo de la asociación son las tres grandes compañías fabricantes de latas de bebidas establecidas en España (Ardagh Group, Ball y Crown) con cuatro plantas de fabricación en funcionamiento y dos en construcción.

El aluminio y el acero son materiales 100% reciclables, ajustándose plenamente al concepto de economía circular. ¿Cuáles son las ventajas que reportan a nivel ambiental?

El metal se utiliza y también se recicla desde hace miles de años, porque el hombre enseguida descubrió que era más sencillo fundir y volver a fabricar objetos metálicos que extraer nuevo metal del mineral. El reciclado es la

"El de metal es el único envase que puede fabricarse, hoy por hoy, 100% a partir de envases usados. La mayor ventaja ambiental es el ahorro de energía, de hasta el 95% en el reciclado, entre otras."

característica más natural de los metales, y lo que les confiere la característica de "material permanente" que ha sido reconocida por los legisladores. La mayor ventaja ambiental es el ahorro de energía -de hasta el 95% en el reciclado- junto los ahorros asociados de materias primas, agua y emisiones. Unido a esto, es el único envase que puede fabricarse hoy por hoy 100% a partir de envases reciclados.

Entrevistamos a...

"El alto valor económico del metal como materia prima hace que las latas de bebidas se reciclen en un altísimo porcentaje, incluso superior al 90%, en países como Brasil o México."



Balas de latas preparadas para enviar al centro de reciclaje

¿Es la lata de bebida el envase más reciclado del mundo? ¿Qué cifras de reciclaje manejan en estos momentos?

La lata de bebidas es el envase más reciclado en España y a nivel mundial. Actualmente manejamos en España las cifras del 85% de reciclado, de las más altas en Europa para todo tipo de envases. También hay que destacar que el valor económico del metal como materia prima hace que las latas de bebidas se reciclen en un altísimo porcentaje, incluso superior al 90%, en países como Brasil o México donde no hay sistemas de reciclado de envases en vigor como los que tenemos en Europa.

A fin de mostrar la relevancia del reciclado de bebidas, cuentan con la campaña "Cada Lata Cuenta". Háblenos de esta iniciativa.

Se trata de un programa europeo que está presente en 12 países y desde hace apenas dos años en España. Es una gran iniciativa ya que busca sensibilizar sobre la importancia que tiene que reciclemos nuestra lata de bebidas depositándola en el contenedor amarillo cuando nos encontramos también fuera de nuestro hogar. Este proyecto, que en España está dirigido por Pablo García Serrano, ha desarrollado un gran número de actividades con diversas entidades, habiendo estado presente en algunos de los más importantes festivales de música, como el FIB o el Womad Cáceres y manifestaciones deportivas en varias regiones, de una manera lúdica y divertida.

¿Qué depara el futuro para el sector?
El crecimiento del consumo y reciclado

de latas de bebidas es una constante en Europa y en España porque las latas son envases muy prácticos que aúnan las ventajas medioambientales ya reseñadas con las ventajas logísticas. Representan el procedimiento más eficaz de distribución en cuanto a relación volumen bebida/peso del envase para las bebidas envasadas, protegen el contenido de la acción perjudicial de la luz, garantizan una estanqueidad perfecta, con lo que conservan el gas y las características de la bebida más tiempo; se enfrían más rápidamente y son muy adecuadas para los nuevos canales de venta como la venta online. También son irrompibles y no contaminan. Ante los requisitos cada vez más estrictos de la legislación ambiental simplemente irán demostrando que son los envases ideales en un entorno de economía circular. ●

PERFIL PROFESIONAL

Miguel Aballe Caride es director de la Asociación de Latas de Bebidas (ALB) desde 1998 (perteneciente a Metal Packaging Europe), que agrupa a este sector en España y Portugal.

Físico especializado en materiales metálicos, ha desarrollado una amplia actividad investigadora en el CSIC, las universidades de Londres y de Florida y el Centro de Investigación y Desarrollo del Aluminio del Grupo INESPAL. Fue también director general de Arpal, la organización para el reciclado de productos de aluminio. Entre 1998 y 2006 simultaneó la dirección de la ALB con la de Hill and Knowlton (Madrid), donde gestionó la comunicación corporativa, medioambiental, de salud y de crisis de más de un centenar de clientes de los sectores industrial, financiero, alimentación y salud.



Entrevistamos a...



Carol Blázquez

Directora creativa
de Ecoalf

"Solo con PET reciclado hemos desarrollado más de 90 tejidos"

¿Es posible convertir botellas de plástico en un plumífero tendencia de temporada? Para la marca de ropa y calzado Ecoalf sí. Son moda sostenible 100%. Desde 2009, fabrica todos sus productos a partir de materiales de desecho. Desde viejas redes de pesca hasta posos de café o neumáticos son reciclados y transformamos en tejidos, forros, cintas, suelas, etiquetas o cordones. Hablamos con su directora creativa, Carol Blázquez.

Ecoalf constituye hoy el icono de la moda sostenible y todo un referente en la economía circular. ¿Cuál es su historia? ¿En qué marco se crea y con qué fin?

La historia de Ecoalf comienza a raíz del uso indiscriminado de recursos naturales del planeta. Ante esta realidad, surge la idea de crear una marca de moda realmente sostenible y lo más sostenible era no seguir utilizando nuestros recursos naturales. Actualmente, consumimos entre 5 y 6 veces lo que el planeta es capaz de autogenerar. El reciclaje podría ser una solución si fuésemos capaces de crear una nueva generación de productos reciclados con la misma calidad y propiedades técnicas que los mejores productos no reciclados. En Ecoalf, gracias a nuestra continua inversión en sofisticados procesos de innovación a través del reciclaje, no solo reducimos el consumo de los recursos naturales sino que también contribuimos a dar una segunda vida a los desechos convirtiéndolos de nuevo en materia prima. De esta forma, garantizamos las necesidades actuales sin comprometer las necesidades de las generaciones futuras.

El espíritu solidario, el trabajo en equipo y la suma de esfuerzos parecen definir una filosofía empresarial que prioriza la colaboración como clave del éxito. No en vano, llevan a cabo campañas con otras conocidas marcas. Háblenos de ellas.

Somos un equipo pequeño y compartimos una misma visión y preocupación. Para nosotros, no es lo que hacemos sino cómo lo hacemos. Para nosotros, lo más importante es tener la oportunidad de exponer que los recursos del planeta no son ilimitados. Los recursos se agotan y no podemos seguir devastando el planeta.

Ecoalf se sostiene sobre tres conceptos I+D, sostenibilidad y diseño. Solo uniendo estos valores y aplicándolos desde la elección de los materiales, los procesos de producción y el diseño conseguimos dar a nuestras colecciones un acabado de alta calidad, demostrando así que una prenda fabricada mayoritariamente con materiales reciclados puede ser tan buena, o incluso mejor, que una fabricada con material convencional. Así demostramos que no hay que seguir utilizando recursos naturales del planeta de una forma indiscriminada.

Botellas de plástico, redes de pesca y posos de café son algunos de los materiales que utilizan para vestir a su clientela. ¿Cómo lo consiguen?

A través de sofisticados procesos de reciclaje de los materiales de desecho conseguimos convertirlos en tejidos, suelas, cordones, etiquetas, aislantes térmicos, forros y todos los elementos que necesitamos para fabricar nuestros productos. A día de hoy, reciclamos diferentes materiales como redes de pesca viejas de poliamida, botellas de plástico, café postconsumo, lana postindustrial, algodón postindustrial, neumáticos viejos que transformamos en tejidos, forros, cintas, suelas, etiquetas, cordones, etc.

"Una prenda fabricada mayoritariamente con materiales reciclados puede ser tan buena, o incluso mejor, que una fabricada con material convencional."

Entrevistamos a...

En el caso de las botellas, se recogen y tras un proceso de limpieza y trituración, en una primera fase se obtienen escamas de plástico y posteriormente, granza que a través de un proceso mecánico se convierte en fibra hilada de poliéster en bruto que se manipula para obtener la calidad final. Este hilo reciclado se utiliza para desarrollar tejidos, correas, etiquetas, cordones, etc. Solo con PET reciclado tenemos desarrollado más de 90 tejidos.

¿A través de qué vías podemos hacernos con los productos de Ecoalf?

¡A día de hoy contamos con más de 300 puntos de venta en el mundo! Tenemos dos tiendas flagship en Madrid (calle Hortaleza, 116) y otra en Berlín (Alte Schoenhauser 5-5ª) además de venta online a través de nuestra web ecoalf.com.

El proyecto "Upcycling The Oceans" constituye el buque insignia de la Fundación Ecoalf. ¿En qué consiste esta iniciativa?

"Upcycling The Oceans" tiene como finalidad ayudar a limpiar los océanos gracias al apoyo de los pescadores. Recogemos la basura y la convertimos en un hilo de primera calidad para



Prendas confeccionadas con plásticos y algodón reciclado



hacer tejidos y productos. Empezamos en la costa Mediterránea de España en 2015 y ya nos hemos expandido a 33 puertos. Contamos con la colaboración de unos 463 barcos y más de 2.000 pescadores. Lo bonito del proyecto es que puede reproducirse a nivel global. ¡Hasta hoy hemos sacado más de 200 toneladas de basura marina! ¡Y lo estamos replicando en Tailandia!

¿Qué horizontes y planes de futuro tiene la firma en estos momentos?

Nos queda mucho por hacer, pero tenemos varios proyectos entre manos ligados a la innovación y a la moda. Desde Ecoalf nos gusta pensar que, de alguna manera, estamos ayudando a concienciar y a sensibilizar a la industria y a los consumidores "because there is no planet B". ●

PERFIL PROFESIONAL

Ropa y calzado sostenible. La firma Ecoalf representa los tejidos de las nuevas generaciones desde que en 2009, el presidente y fundador de la firma, Javier Goyeneche, quiso poner su grano de arena para frenar la excesiva cantidad de residuos producidos por los países industrializados. Su objetivo era fabricar la primera generación de productos de moda con materiales reciclados de la misma calidad, diseño y propiedades técnicas que los mejores productos no reciclados.

A punto de cumplir una década de trabajo, entre sus hitos destaca la colaboración con firmas de reconocido prestigio como Apple, Barneys, Goop de Gwyneth Paltrow, CoolHunting, Ekocycle, Starbucks, Swatch, el R.C. de La Coruña o la diseñadora Sybilla.

Entre los muchos galardones recibidos desde 2014, este mismo año les ha sido otorgada la Medalla de Oro al Mérito en el Trabajo de la Asociación Europea de Economía y Competitividad.

A modo de anécdota, el nombre Ecoalf viene de las tres primeras letras del hijo del fundador, Alfredo.



Mundo SOGAMA

A nova planta de compostaxe poderá producir ata 4.000 toneladas de abono de calidade

A súa posta en marcha contribuirá, antes de 2020, ao obxectivo europeo da reciclaxe do 50% en peso dos residuos domésticos e comerciais en España



Algúns dos asistentes á visita oficial.

As previsións sobre a produción da planta, emprazada nas dependencias do vertedoiro de residuos non perigosos de Areosa, son que xere cada ano entre 3.000 e 4.000 toneladas de abono, aínda que ten capacidade para procesar 15.000 toneladas de materia orgánica. A execución da infraestrutura contou cunha inversión de máis de 2,5 millóns de euros.

Durante a visita oficial ás instalacións o pasado 9 de febreiro, a conselleira de Medio Ambiente e Ordenación do Territorio, Beatriz Mato, que estivo acompañada polo presidente de Sogama, Javier Domínguez, recordou que a posta en marcha deste servizo contribuirá ao obxectivo a nivel de Estado de, antes do 2020, reciclar o 50% en peso dos residuos domésticos e comerciais. Ao mesmo tempo, sinalou, dáse resposta aos retos do Plan

Autonómico de Xestión de Residuos Urbanos 2010-2020, ao Plan Estatal Marco de Residuos (PEMAR) 2016-2022 e ao Paquete Europeo de Economía Circular, no que un dos seus principais obxectivos é, precisamente, pechar o círculo da reciclaxe e o aproveitamento da materia orgánica para devolvela á terra en forma de compost.

Plan integral

Esta obra forma parte do reforzo da infraestrutura industrial do Complexo Medioambiental de Cerceda, no que se investirán 29 millóns de euros ata 2019. A remodelación da planta de Reciclaxe, Tratamento e Elaboración de Combustible (PRTE) e a nova planta para a recuperación de papel e cartón, envases plásticos, latas e bricks contidos no lixo en masa permitirá incrementar a súa capacidade nun 81%,

pasando das 550.000 toneladas anuais a 1 millón. "Sogama estará preparada para tratar en condicións óptimas todos os residuos domésticos producidos en Galicia", concluíu a conselleira.

En paralelo, a empresa pública puxo en marcha unha iniciativa experimental complementaria de vermicompostaxe en tres concellos da provincia da Coruña (Carballo, Narón e As Pontes de García Rodríguez), dous centros educativos (IES Antioquía de Xinzo de Limia e a Escola de Educación Infantil de Verducedo de Moaña) e nun colectivo social (o Centro penal de Monterroso).

Desde 2010 funciona tamén o programa de compostaxe doméstica ao que xa se adscribiron 142 concellos, 78 centros educativos e 12 colectivos sociais, entre os que xa distribuíron máis de 7.500 composteiros. ●

Actualidade

Sogama licita o mantemento de catro servizos por valor de 43.886.000€

Un deles é a xestión integral da súa planta de clasificación de envases lixeiros (PCLAS)



Sogama ten abertas catro licitacións públicas por valor de 43.886.040€ (máis IVE) para a xestión integral da planta PCLAS, o mantemento das súas plantas de transferencia, o control da pesaxe e básculas na sede central e a vixilancia e control ambiental do vertedoiro de Areosa e rede de plantas de transferencia.

Polo que respecta á primeira, o Consello da Xunta autorizou a licitación da xestión integral da súa planta de clasificación de envases lixeiros (PCLAS). Do importe total de 17.227.400 euros (+IVE), 16.445.000 euros corresponden á xestión propiamente dita e 782.400 euros a investimentos. O contrato rexerá por un período de tres anos, podendo ser prorrogado ata un máximo de cinco. Contéplanse, entre outros investimentos, a dotación de dous novos separadores ópticos, un novo equipo de aire comprimido e unha nova prensa multimaterial.

Na PCLAS procesáanse os materiais depositados polos cidadáns nos contedores amarelos situados nos

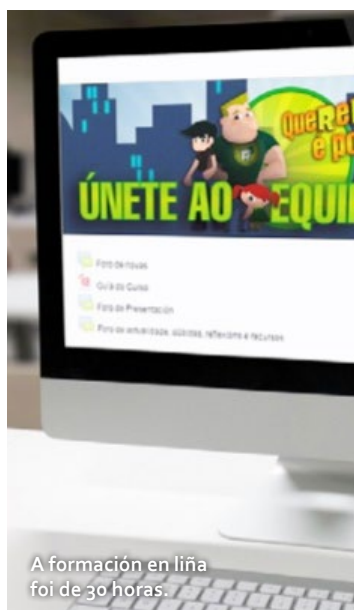
concellos adscritos ao seu modelo. A separación dos distintos materiais (envases de plástico, latas e briks) lévase a cabo de forma mecánica, sendo remitidos posteriormente aos centros de reciclado para garantir a súa transformación en novos produtos.

A licitación correspondente á xestión integral da rede de 20 plantas de transferencia distribuídas por toda Galicia está aberta por un importe de 24.308.100 euros (+IVE). O novo servizo inclúe as actividades de operación, limpeza e mantemento das instalacións, ademais dunha serie de melloras. O contrato, por tres anos, poderá ser prorrogado ata un máximo de cinco, establecéndose unha prórroga excepcional non superior a unha anualidade.

Así mesmo, a empresa pública sacou a concurso, por 1.410.800 euros (+IVE), o control de pesaxe e mantemento de básculas no complexo industrial de Cerceda (A Coruña). O servizo deberá prestarse durante as 24 horas do día e os 7 días da semana, incluíndo os festivos. Entre outras tarefas, a

adxudataria terá que encargarse da atención a terceiros, o control automático do tránsito de camións e as pesadas diarias, rexistrando todos os datos a través dunha aplicación informática. O contrato, establecido en 3 anos, poderá prorrogarse ata un máximo de 4.

Por último, o principal obxectivo do servizo de vixilancia e control ambiental do vertedoiro de Areosa e rede de plantas de transferencia é dar debido cumprimento á Autorización Ambiental Integrada (AAI) e demais Declaracións de Efectos Ambientais, Declaracións de Impacto Ambiental e lexislación vixente na materia, así como aos autocontroles establecidos pola propia entidade pública. O adxudicatario deberá entregar a Sogama unha memoria trimestral na que se recollerán, entre outras cuestións, os resultados e conclusións das análises realizadas, así como o resumo das accións de mellora ambiental implantadas nas instalacións. O importe da licitación é de 939.740 euros (+IVE). ●



Novo curso en liña para o profesorado galego sobre a problemática do lixo

A actividade final consistiu nunha práctica para aplicar nas aulas de primaria e secundaria

“Cara á sustentabilidade na xestión do lixo doméstico” foi o título do curso en liña que Sogama impartiu a medio cento de profesores e profesoras educación primaria e secundaria de Galicia a comezos de ano.

Dimensionado en 30 horas lectivas, a formación comezou a mediados de xaneiro e prolongouse ata o pasado 6 de marzo a través da plataforma CAFI, centro autonómico dependente da Xunta de Galicia.

Os contidos estruturáronse en dez temas a través dos cales se analizou a problemática representada pola

producción de lixo, o principio dos tres erres, a infraestrutura industrial de Sogama, a compostaxe doméstica e a educación ambiental, entre outras cuestións. Para aprobar o curso, os profesores tiveron superar os test asociados a cada lección, elaborando unha actividade didáctica final con aplicación práctica nas aulas.

Dous técnicos ao servizo de Sogama exerceron de titores e lideraron un foro para compartir novidades e novas de interese a fin de xerar debate e intercambiar coñecementos, opinións e experiencias. ●

Actualidade

Carballo experimenta coa vermicompostaxe

Da man de Sogama, 22 familias deste concello da Costa da Morte transformarán os seus restos orgánicos nun abono de primeira calidade



Nos vermicomposteiros viven unhas 200 lombrigas.

Trala exitosa experiencia municipal no ámbito do compostaxe doméstica e, unha vez constatados os seus beneficios ambientais, económicos e sociais, o Concello de Carballo dou un paso máis na xestión sostible dos residuos municipais. A comezo de ano, e co apoio de Sogama, puxo en marcha un programa de vermicompostaxe

no que a gran protagonista é a denominada lombriga de terra (*Eisenia Andrei*), que garante a obtención dun humus de extraordinarias propiedades fertilizantes para o solo. Segundo os expertos na materia, supera ata as bondades do compost doméstico.

Sogama subministrou ao concello 22 vermicomposteiros e impartiu un

curso de formación presencial para outras tantas familias que participan no proxecto, ás que tamén entregou sendos manuais explicativos da operativa.

O Concello de Carballo dá así un paso máis na xestión sostible dos seus residuos municipais, tratando de forma máis ecolóxica a fracción orgánica dos mesmos. ●

ALGUNHAS CURIOSIDADES

Como é un vermicomposteiro?

É unha especie de caixón cunha poboación aproximada de 200 lombrigas adultas que consumen uns 450 g diarios de materia orgánica que excretan en forma de humus. Colócase en vertical para que ocupe o menor espazo e consta de varios módulos para facilitar a continuidade do proceso.

Que parámetros hai que controlar?

A temperatura, que debe estar torno a 15°C, así como o pH, a salinidade e a humidade do cultivo, que debe oscilar entre o 60 e o 80%.

Como é este compost?

De cor escura, inodoro e livián. Non deixa residuos ao tacto e resulta eficaz en múltiples aplicacións: abonado de cobertura, cultivos de ciclo longo, xerminación de plantas, árbores e froiteiras. Ten excelentes propiedades fertilizantes: dálle máis esponxosidade ao solo e prepáralo para afrontar pragas e outras enfermidades.

Imaxe da campaña



menos
RESIDUOS

máis
RECURSOS

Sogama remitiu aos 294 concellos adheridos ao seu modelo, e que suman unha poboación superior aos 2.260.000 habitantes, un decálogo de boas prácticas para reducir a produción de refugallos en orixe.

Baixo o lema "Menos residuos, máis recursos", a entidade pública proporcionoulles un documento con dez recomendacións básicas e sinxelas. Entre outros consellos, están o de

elaborar unha lista previa da compra, dar preferencia aos produtos locais e de tempada, así como optar polos artigos a granel e co menor envase e embalaxe posible, poñer fin ao usar e tirar ou moderarse á hora de imprimir e optar polas pilas recargables.

Atención especial dedica a empresa pública á necesidade de minorar o desperdicio alimentario, toda vez que representa un serio problema

Decálogo de boas prácticas para 294 concellos galegos

Sogama quere transmitir sinxelos xestos a adoptar por máis de 2.260.000 de cidadáns na súa vida diaria para minimizar a xeración de lixo

con múltiples consecuencias medioambientais, económicas e sociais.

O decálogo conclúe cunha alusión ao sistema de recollida selectiva e á conveniencia de separar previamente os refugallos e depositalos nos contedores correspondentes para que poidan ser reciclados. ●

[Decálogo de consellos básicos](#)

Actualidade

Narón é o segundo concello en apostar polo programa combinado de compostaxe e vermicompostaxe

En As Pontes, os técnicos destacaron o esforzo das familias por protexer as lombrigas das baixas temperaturas inverniais



As lombrigas viven cunha temperatura de mínimo 15°.

O concello coruñés de Narón decidiu implantar, co apoio de Sogama, un programa combinado de compostaxe doméstica e vermicompostaxe a fin de que os veciños participantes poidan xestionar nas súas propias casas a materia orgánica producida.

Foron un total de 50 as familias que se incorporaron a esta iniciativa. A metade no ámbito da compostaxe doméstica e as outras 25, no da vermicompostaxe. Ambas técnicas permiten obter, a partir da materia orgánica sobrante nos propios fogares, un abono natural de excelentes propiedades para o solo.

No primeiro caso, requírese que as vivendas sexan unifamiliares e

dispoñan de terreo ou xardín no que colocar o composteiro e depositar o abono resultante. No segundo, as esixencias son menores, servindo calquera tipo de vivenda que conte polo menos cunha terraza ou lugar axeitado no que asentar o recipiente.

Seguimento en As Pontes de García Rodríguez

Se en Narón os veciños se atopan na fase de implantación do programa, para a cal xa recibiron a correspondente formación e material didáctico de apoio, no veciño concello de As Pontes o outro medio cento de familias que están experimentando

coa vermicompostaxe xa se atopan na fase de seguimento. Entre os participantes deste municipio destacan dous centros educativos: a Escola de Educación Infantil A Barosa e o Centro de Educación Especial Aspanaes.

Durante a avaliación, persoal ao servizo do concello destacou a boa dispoñibilidade dos veciños participantes, que se esforzaron en protexer as lombrigas do frío do inverno, o seu elevado interese no sistema e a súa total implicación no correcto desenvolvemento dunha iniciativa coa que ambos gobernos locais agardan alcanzar importantes beneficios ambientais, económicos e sociais. ●



O taboleiro simula un campo de fútbol.

O xogo xigante “Un partido polo planeta” percorrerá ata maio os 22 colexios do programa “Recíclate con Sogama”

O recurso didáctico e lúdico permanece unhas dúas semanas en cada centro

O tradicional xogo xigante de Sogama “Un partido polo planeta” xa se atopa no seu periplo polos 22 centros escolares de educación primaria que este curso académico participan no programa “Recíclate con Sogama”.

Catro réplicas do xogo iniciaron a súa andaina de forma simultánea e regresarán á sede da entidade en Cerceda (A Coruña) no mes de maio, tras unha longa viaxe de catro meses.

Este recurso didáctico e lúdico permanece unha media de dúas semanas en cada colexio a fin de que os alumnos poidan gozar do mesmo e reforzar os seus coñecementos no ámbito dos tres

erres (redución, reutilización e reciclaxe) e da economía circular.

O taboleiro reproduce un campo de fútbol polo que os xogadores deben moverse e avanzar cara á portería contraria co propósito de marcar gol. Para logralo, deben superar unha serie de probas nas que ata terán que mostrar as súas dotes artísticas e habilidades comunicativas.

En paralelo

Desde principios de marzo, educadores ao servizo da empresa pública desprázanse tamén aos centros de primaria para supervisar os proxectos

que presentarán ao “Recíclate con Sogama”, despxar dúbidas e reorientar actividades. O fin principal da visita é acometer os axustes pertinentes para que o programa evolucione de forma favorable e os 22 colexios logren implantar de forma eficaz e eficiente a recollida selectiva de residuos nas aulas.

O programa “Recíclate con Sogama” está canalizado a través do Plan Proxecta da Xunta de Galicia, cuxo principal obxectivo é a educación en valores. ●

[Relación dos 22 colexios participantes](#)

Actualidade

Máis de medio milleiro de visitas en febreiro

O coñecemento de Sogama e o seu labor é visto como un recurso de grande interese para a formación dos estudantes galegos



Catorce centros educativos pasaron por Sogama en febreiro.

Sumando e en liña ascendente. O complexo industrial de Sogama en Cerceda (A Coruña) continúa sendo todo un referente no ámbito académico ao concentrar, o pasado mes de febreiro, numerosas visitas de centros educativos de todos os niveis, dende colexios das provincias da Coruña, Lugo e Pontevedra ata facultades das universidades da Coruña e Vigo. Polas instalacións xa pasaron máis de 72.000 persoas, medio milleiro delas en febreiro.

O coñecemento da empresa pública e do seu labor é visto como un recurso de grande interese para a formación dos estudantes. Con esta experiencia aseguran atopar sentido ás prácticas de redución, reutilización e reciclaxe, recoñecendo o esforzo de Sogama en poñer en valor a fracción non reciclable a través da súa conversión en electricidade. De feito, máis do 90% das persoas que pasaron Cerceda enxalzan o seu labor en favor da protección e mellora do medio ambiente.

Bos comunicadores

Ademais, o servizo prestado polos educadores que guían as visitas constitúe outros dos grandes atractivos dadas as súas dotes comunicativas, capacidade de empatía e adecuación das explicacións ao perfil e expectativas de cada grupo. ●

Relación de visitas en febreiro



Os composteiros, de 350 l, están fabricados con materiais reciclados e reciclables.

Covelo e Salceda de Caselas amplían a compostaxe doméstica a 135 familias

Sogama acaba de entregar 25 composteiros máis a cada municipio

Ante a solicitude dos concellos pontevedreses de Covelo e Salceda de Caselas, Sogama ampliou os seus programas de compostaxe doméstica coa dotación de medio centenar de composteiros (25 en cada caso). En total, son xa 135 os recipientes

entregados pola empresa pública en ambas localidades (75 en Covelo e 60 en Salceda de Caselas) para contribuír a unha xestión máis sostible da fracción orgánica dos residuos, facilitando a reciclaxe en orixe. Ademais dos cursos de formación e da axuda prestada durante as visitas de

seguimento, as familias participantes poden consultar sempre que queiran a web www.compostaconsogama.gal. Neste espazo en liña proporciónanse datos e recursos de interese, accedendo igualmente a vídeos e xogos para reforzar coñecementos. ●

O penal de Monterroso implícase de cheo no proxecto "A comida non se tira"

Os internos tamén coñecen as vantaxes dunha dieta equilibrada para a saúde e o benestar

Trala súa posta en marcha, o proxecto "A comida non se tira", promovido polo Centro Penitenciario de Monterroso (Lugo) para contribuír a esa loita que a Unión Europea emprendeu contra o desperdicio alimentario, adquiriu xa unha dimensión interdisciplinar.

Baixo a coordinación do Director da Escola de Adultos, Pedro Cantero, a iniciativa atópase na fase de diagnóstico, durante a cal se está avaliando a cantidade de comida que se tira cada día ao lixo e razóns polas cales se desperdicia.

O proxecto é abordado desde diferentes dimensións, participando tanto o cadro directivo como os servizos médicos, o equipo docente e ata o departamento xurídico, sen esquecer o apoio externo que prestan monitores especializados, Sogama e organizacións como Cáritas. Ademais, as actividades programadas son aproveitadas para instruír aos internos nas vantaxes que reporta unha dieta variada e equilibrada para a saúde e o benestar.



Horta sostible

O penal participa tamén na xestión dos residuos orgánicos en orixe a través dun dobre programa de autocompostaxe e vermicompostaxe, aplicando o abono natural obtido no cultivo de produtos ecolóxicos para consumo interno.

En xeral, todas as accións que se realizan teñen un fin común: a educación en valores en aras dunha reinserción social con garantías. ●

Multimedia



E hoxe, que comemos?

Anselmo, o gato Evaristo e o can Antenas están preocupados polo que van comer hoxe. Queren ir correndo á tenda. O profesor Uxío explícalles como aproveitar as sobras para cociñar pratos moi, moi saborosos! Mmm! ●

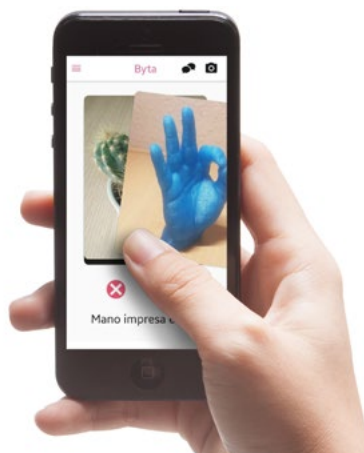
[Mira aquí o ecoconto Planeta Verde \(capítulo 32\)](#)

BYTA: unha aplicación móbil para reutilizar cun só click

Ideada por un grupo de alumnos da Universidade Pública de Navarra (UPNA), posibilita, dunha forma sinxela, intuitiva e divertida, o intercambio de obxectos aos que non se dea uso. Todas as persoas que a utilicen contribuirán a alongar a vida útil dos produtos e diminuír, por tanto, a xeración de residuos.

Está dispoñible para teléfonos e tabletas con sistema operativo Android e ten carácter gratuito.

Cunha interface simple, os usuarios só teñen que publicar unha foto do artigo que queiran trocar. O "match" ou emparellamento dáse cando os usuarios intercambian "Gústame" por un obxecto, é dicir, tanto "oferante" como "demandante". Chegados a este punto, iníciase unha conversación privada para acordar os termos do troco. ●



[Descarga aquí a aplicación](#)



Sharecity, base de datos mundial contra o desperdicio alimentario

Son moitas e diversas as iniciativas que están emerxendo en distintos países para facer fronte ao desperdicio alimentario. Unha delas é o proxecto Sharecity. Facendo uso das TIC, clasificou distintas accións novedosas procedentes de 43 países e de 100 cidades, chegando á conclusión de que non só tiñan lugar en urbes "intelixentes", senón tamén noutras con grandes limitacións. En España participaron Madrid e Barcelona.

Neste marco, recompilou información sobre 3.939 iniciativas, creando unha base de datos en liña

que recibiu máis de 2.670 visitas de 71 países durante os seus tres primeiros meses de vida.

Grazas ás Tecnoloxías da Información e da Comunicación, TIC, Sharecity situou no mapa prácticas de grande interese que, de non formar parte deste proxecto, serían concibidas como "experimentos minoritarios interesantes", pero sen maior repercusión.

Sharecity, que continuará dous anos máis, recibiu financiamento do Consello Europeo de Investigación no marco do programa de investigación e innovación Horizonte 2020 da Unión Europea. ●

[Base de datos de Sharecity](#)

Multimedia

Eurostat mide a economía circular

Eurostat, a Oficina Estatística da Unión Europea, habilitou na súa web unha sección específica sobre a economía circular. Pretende así medir os progresos dos países membros cara a este novo modelo de desenvolvemento, identificando tanto as boas prácticas como aquelas áreas que precisan ser melloradas.

A nova sección inclúe catro grandes áreas temáticas: produción e consumo, xestión de residuos, materias primas secundarias e competitividade e innovación, identificando para cada unha delas indicadores específicos.

Dende comezos de ano, Eurostat xa publicou información de interese. Por exemplo, que a economía circular xerou ao redor de 141.000 millóns de euros de valor engadido en 2014, o que vén representar un incremento do 6,1% en comparación con 2012. Ou que a media de materiais reciclados é aínda moi baixa, dando cobertura unicamente ao 10% da demanda da UE, se ben houbo unha mellora continua desde 2004. ●



Nova sección de Eurostat



Concurso "I Live Green"

Concurso de vídeos da AEMA

Baixo o lema "I Live Green", a Axencia Europea de Medio Ambiente (AEMA) e a súa rede de socios lanzou un concurso de vídeos a través do cal quere poñer en común aquelas accións que, de forma deliberada adoptan as persoas de forma consciente para contribuír a unha contorna máis limpa, saudable e sostible.

A iniciativa céntrase en catro ámbitos que resultan fundamentais para avanzar cara a un futuro máis circular: comida nutritiva, aire limpo, auga limpa e residuos. Os mellores vídeos en cada categoría recibirán un premio en metálico de 1.000 euros. O galardón do público, que se adjudicará a través do voto en liña, é de 500 euros.

O prazo para a presentación de propostas conclúe este 31 de marzo e a relación de gañadores darase a coñecer o 5 de xuño, Día Mundial do Medio Ambiente. ●

Eventos

Estratexia Europea sobre Plásticos

A Comisión Europea adoptou, a mediados de xaneiro, a primeira estratexia sobre plásticos co obxectivo de protexer o medio ambiente e promover, ao mesmo tempo, o crecemento económico e a innovación. Trátase dun paso importante co que facilitar o tránsito desde unha economía lineal a unha circular que preserve os escasos recursos naturais e evite a contaminación.

Os europeos xeran cada ano 25 millóns de residuos plásticos que, na súa maioría, acaban desperdiciados, co conseguinte impacto negativo sobre a contorna e a saúde. Estímase que só o 5% do valor do material se retén na economía, perdéndose o resto tras unha vida moi breve. O importe anual destas perdas oscila entre os 70.000 e os 105.000 millóns de euros.

A previsión é que todos os envases plásticos integrados no mercado da Unión Europea sexan reciclables en 2030. Neste sentido, a estratexia aprobada constitúe tamén unha oportunidade de negocio, contribuíndo a crear emprego verde e novos investimentos de futuro. ●



Vinte aniversario de Ecovidrio



Ecovidrio celebrou en 2017 o seu vinte aniversario presentando un sólido balance que acredita as vantaxes do seu modelo xestión na reciclaxe de vidro, contribuíndo a que o noso país avance con paso firme cara á economía circular.

Desde 1997, a taxa de reciclado de vidro aumentou ata o 73%. Entre todos os axentes da cadea de valor (compañías envasadoras,

administracións públicas, hostaleiros e cidadáns, este sistema integrado de xestión conseguiu reciclar máis de 11 millóns de toneladas. É dicir, 1.000 envases de vidro por cada español nas dúas últimas décadas.

En Galicia

A implicación do sector hostaleiro da comunidade –que xera case o 50% dos residuos de envases de

vidro– posibilitou a reciclaxe de 1.624 toneladas. Neste cometido resultou crucial o servizo de recollida “porta a porta” implantado nas sete grandes cidades e que xa alcanza a máis dun milleiro de establecementos.

O Plan Estratéxico Horizonte 2020 de Ecovidrio, cun investimento comprometido de 330 millóns de euros, permitirá que o sistema alcance unha maior eficacia e eficiencia. ●

Eventos

Colaboración OMS-PNUMA contra a contaminación ambiental

A Organización Mundial da Saúde (OMS) e o Programa das Nacións Unidas para o Medio Ambiente (PNUMA) asinaron un acordo a principios de ano co fin de estreitar a colaboración para facer fronte á contaminación ambiental. Se ben as dúas entidades viñan cooperando en multitude de áreas, este compromiso é o máis significativo e o de maior alcance en 15 anos.

Entre outras, comprometéronse a impulsar medidas contra o cambio climático, a contaminación atmosférica e a resistencia aos antimicrobianos, mellorando igualmente a coordinación na xestión de residuos e produtos químicos, a calidade da auga, así como a alimentación e a nutrición.

Protocolo conxunto

Creouse así un marco máis sistemático para a investigación conxunta, o desenvolvemento de ferramentas, a creación de capacidades, o seguimento dos Obxectivos de Desenvolvemento Sostible (ODS) e o apoio aos foros rexionais de saúde e medio ambiente.

A previsión é que OMS e PNUMA convoquen unha reunión anual de alto nivel para avaliar as accións desenvolvidas e facer os axustes pertinentes. ●



Nacen novas plataformas de apoio á economía circular



Trala aprobación, en decembro de 2015, do Paquete Europeo de Economía Circular, puxéronse en marcha distintas plataformas que teñen por obxecto fomentar o diálogo e intercambiar ideas e boas prácticas para facilitar o tránsito desde un modo de vida lineal a un circular.

Así se recolle no último boletín "Medio Ambiente para os Europeos", editado pola Dirección Xeral de Medio Ambiente da Comisión Europea. Entre outras, e a modo de exemplo, menciónase a plataforma de axentes europeos da economía circular

(#CEstakeholderEU). Deseñada precisamente como unha "rede de redes", concíbese como unha contorna virtual aberta orientada a reforzar a cooperación mediante o intercambio de coñecementos, prácticas e experiencias. ●

Eventos

Publicado o borrador da Estratexia Española de Economía Circular

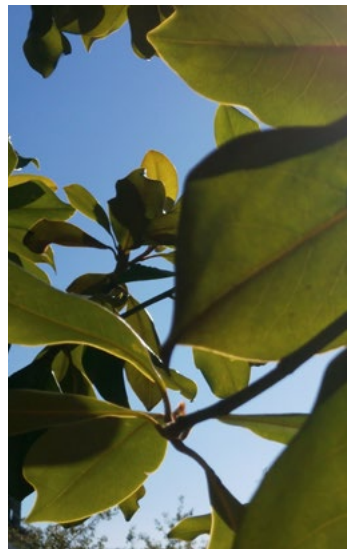
A borrador da Estratexia Española de Economía Circular inclúe 70 medidas orientadas á consecución dun modelo de desenvolvemento máis innovador, competitivo e sostible. O documento, liderado polo Ministerio de Agricultura e Pesca, Alimentación e Medio Ambiente (MAPAMA), estivo dispoñible para información pública ata o pasado 12 de marzo.

A estratexia, aliñada co Paquete Europeo de Economía Circular, recolle un Plan de Acción definido para 2018-2020, dotado cun orzamento de 836 millóns de euros. O ecodeseño e a innovación adquiren especial protagonismo a

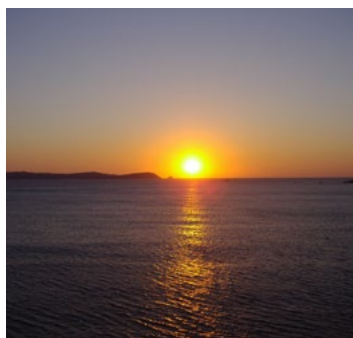
fin de minimizar o uso de recursos e reducir a xeración de residuos, incluíndo igualmente accións para implantar a contratación pública ecolóxica, impulsar o mercado das materias primas secundarias, instaurar a Estratexia “Máis alimento, menos desperdicio”, reutilizar a auga e promover o emprego verde, entre outras.

Na actualidade, xa son 240 as entidades e empresas firmantes do Pacto pola Economía Circular, posto en marcha polo Ministerio en setembro de 2017. ●

[Consulta aquí o borrador](#)



Presentada a Plataforma Española de Acción Climática



O seu principal obxectivo é fomentar a colaboración público-privada para facer fronte ao cambio climático, erixíndose nunha destacada contribución de España á Axenda de Acción Climática Global. De feito, o anuncio tivo unha excelente acollida durante o Cumio do Clima de Bonn (COP 23), sendo identificada como iniciativa pioneira.

Tal e como manifestou o MAPAMA, a Plataforma representa un salto cualitativo na necesaria coherencia das estratexias de gobernos, empresas e sociedade civil na loita contra o cambio climático.

As entidades que queiran formar parte dela deberán sumarse á Comunidade #PorElClima, establecer obxectivos cuantificados de redución de emisións e informar sobre o seu cumprimento. Así mesmo, deberán inscribir a súa pegada de carbono no Rexistro de pegada de carbono, compensación e proxectos de absorción de CO₂ do Ministerio, e solicitar a adhesión á plataforma NAZCA da Convención Marco de Nacións Unidas sobre o Cambio Climático. ●

India, sede das celebracións do Día Mundial do Medio Ambiente

Así se anunciou o pasado mes de febreiro por parte do Ministro de Medio Ambiente, Bosques e Cambio Climático, Harsh Vardhan, e o Director Executivo das Nacións Unidas para o Medio Ambiente, Erik Solheim.

Este último enzalzou o gran liderado evidenciado pola India na loita contra o cambio climático e a súa implicación na transición cara a unha economía baixa en carbono. Así mesmo, puxo de relevo o papel que este país veu

desempeñando no ámbito da reciclaxe, toda vez que alcanzou altas taxas de recuperación.

Facer fronte á contaminación producida polos residuos plásticos eríxese na principal preocupación do World Environment 2018, de aí que se inste á industria, ás comunidades e ás persoas a reducir a súa produción e consumo.

O Día Mundial do Medio Ambiente celébrase o 5 de xuño. ●



Eventos

Respaldo dos eurodiputados á reciclaxe

Nun marco de economía circular, os eurodiputados apoiaron os plans de acción para impulsar a reciclaxe e reducir o uso do vertedoiro. O borrador da proposta xa foi acordado informalmente co Consello de Ministros, que o pleno da Cámara votará durante a sesión plenaria que terá lugar en Estrasburgo do 16 ao 18 de abril.

Se ben a xestión dos residuos evolucionou de forma positiva nas

últimas décadas, o certo é que, como media, case un terzo dos mesmos vértense e menos da metade se recicla ou composta. Neste sentido, os obxectivos de reciclaxe establécense no 55% para 2025, no 60% para 2030 e no 65% para 2035, cun vertido máximo do 10% para 2035.

Mellorar a xestión dos refugallos traería consigo importantes beneficios ambientais, económicos, para o clima e a saúde. ●

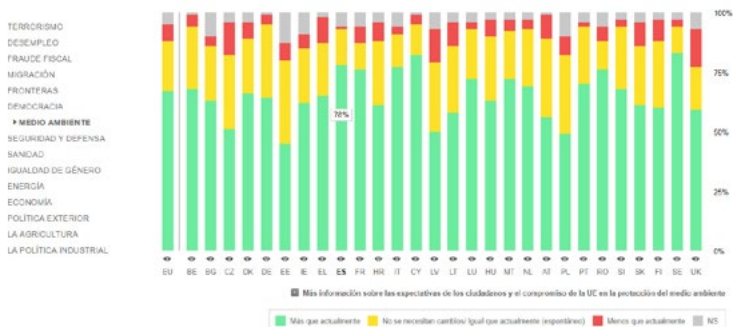


O 65% dos europeos separa os seus residuos para reciclar

É unha das conclusións do Eurobarómetro especial de 2017, de onde se extraen outros datos de interese tales como que o 43% compra produtos locais e o 35% artella medidas para aforrar enerxía.

Así mesmo, segundo esta grande enquisa europea, unha ampla maioría de cidadáns (94%) móstranse convencidos da importancia que ten protexer o medio ambiente e o 87% manifesta un compromiso persoal ao respecto. Agora ben, piden unha maior

Para cada uno de los siguientes aspectos, ¿le gustaría que la Unión Europea interviniera menos o más que actualmente?
► La protección del medio ambiente



implicación por parte das institucións comunitarias e dos gobernos nacionais para que a lei se aplique correctamente, posicionándose o 67% a favor de que as decisións medioambientais se adopten de forma conxunta no seo da UE.

Así mesmo, unha maioría considerable entende que os grandes contaminadores deberían pagar polos danos que provocan e solicita maiores controis sobre a industria, así como sobre as emisións dos vehículos novos. ●

Efemérides ambientais

O Día Mundial da Educación Ambiental, o 26 de xaneiro, é unha efeméride que ocupa un lugar privilexiado no calendario de Sogama dada a importancia que para a entidade pública ten a educación, a formación e a concienciación da poboación en materia de medio ambiente.

A empresa pública non escatima en destinar recursos para instruír á cidadanía nas boas prácticas vinculadas aos tres erres e á economía circular, sendo esta última o horizonte que guía a súa política corporativa. O programa de visitas á súa infraestrutura industrial, polo que xa pasaron máis de 72.000 persoas; a visita virtual en 360º ao complexo cercedense; o programa "Recíclate con Sogama"; os cursos en liña ou os xogos en múltiples formatos



constitúen algunhas das iniciativas que a compañía leva a cabo para fomentar a sostibilidade.

Como cada 2 de febreiro, conmemorouse o Día Mundial dos Humedais. Este ano, baixo o lema "Humedais para un futuro urbano sostible", toda vez que se atopan entre

os ecosistemas máis vulnerables do planeta presionados polo crecemento da poboación urbana. Outro obxectivo desta efeméride, é concienciar sobre os seus innumerables beneficios. ●

[Recursos da educación ambiental en Sogama](#)

Receitario

O entrante máis tradicional da Pascua

Ben seguro que o próximo Domingo de Pascua non haberá mesa na que non falte unha boa "Tortilla de Pascua". Un prato tan tradicional deste día como o propio bolo dos padriños, aínda que este último lle fai máis ilusión aos pequenos da casa.

Esta que vos propoñemos leva roxóns frescos aínda que cada un teredes a vosa receita e gustos. Enviádenos unha foto ao noso [Facebook](#) ou a [Twitter](#) porque queremos comprobar os resultados!



Tortilla de Pascua



Nivel de dificultade:

1

Fácil

2

Medio

3

Avanzado



Cantidades e ingredientes:

Para 12 persoas

- 12 ovos
- 500 g de roxóns / torresmos cortados finos ao gusto
- Aceite de oliva
- Sal



Onde vai que?



Cartón dos ovos



Contedor azul



Cascas de ovos



Contedor xenérico ou composteiro



Elaboración:

1. Nunha tixola grande, quentar os roxóns frescos ou se se opta polos torresmos, fríxilos sen aceite sen ata que queden algo crocantes. Retirar e reservar.
2. Bater os ovos, engadir o sal ao gusto e botar na tixola quente, na que antes teremos untado o fondo cun pouco de aceite.
3. Baixar a lume medio.
4. Remexer os ovos cunha culler ou garfo de pau (ou silicona) para que os ovos vaian callando por igual e engadir os roxóns ou os torresmos.
5. Acabar de cocer por un lado ao gusto, dar a volta á tortilla e repetir polo outro.



Presentación:

1. Sacar da tixola e servir nunha fonte redonda no medio da mesa.
2. A tortilla de Pascua adoita comerse fría, pero isto xa depende do gusto dos comensais.