

# La Guirnalda Polar

La Redvista Electrónica de Cultura Latinoamericana en Canadá  
Los Tesoros Culturales del Mundo Hispanohablante

## La Papa, La Espinaca, El Laurel y la Zanahoria

Poesía por Juan Cervera Sanchís

XXII

### LA PAPA

La papa, sí, la papa, amiga mía,  
mi amiga pues la papa, cual es ella  
con su nutriente cáscara, que sella  
un pacto alimentario de valía.  
La papa y su indudable jerarquía,  
que jerarca es la papa de honda huella,  
pues mi amiga la papa es una estrella  
que nuestra madre tierra nos envía.  
Viendo el papal en flor me la imagino  
glorificando el alma de la mesa  
y haciendo gala de su poderío.  
Que se lleva la papa con el vino,  
que mi amiga la papa nos expresa  
su tubérculo y magno señorío.

XXIII

### LA ESPINACA

En la, espinaca encuentro una aliada  
de la sangre y del músculo, pues ella,  
la espinaca, jugosamente bella,  
es, sin duda, por todos apreciada.  
Pues la espinaca es calificada  
por cuanto en ella de valor descuella:  
hierro, calcio, potasio... Una epopeya  
de vitales nutrientes, confirmada.  
La espinaca y Popeye, el legendario  
marinero aquel que se transformaba  
en un hercúleo atleta cuando la ingería.  
La espinaca te digo que, a diario,  
con su jugo mis labios alegraba  
y en mi boca y mis dientes sonreía.

XXIV

### EL LAUREL

La magia del laurel en la cocina

y su aroma laurífero y profundo;  
que el laurel con su magia es todo un mundo  
en donde el verde gloria predomina.  
El laurel verde vida que ilumina  
con su verde vigor verde jocundo,  
a la vez que verdísimo y fecundo  
y bellamente verde y sin espina.  
Que el laurel acaricia y enaltece,  
pues verde gloria es él como es sabido,  
que es ajena la espina a su verdad.  
Que en el laurel el lauro reverdece  
en verde siempre verde trascendido  
y coronado en rama de bondad.

XXV

## LA ZANAHORIA

Es única en verdad la zanahoria,  
las glándulas lo saben, endocrinas,  
urgidas de sus ricas vitaminas  
y su acción saludable y meritoria.  
Que es ciertamente ella promisoria  
en nutritivos jugos, a las finas  
hierbas, a la inglesa y, si la combinas,  
con aceite y vinagre, sabe a gloria.  
Umbelífera de raíz fusiforme,  
la zanahoria, ¡ay!, tiene su encanto  
cuando su pulpa cruje entre mis dientes.  
Que es de un valor nutricional enorme  
ella toda, por lo que yo la canto  
en versos amorosos e inocentes...

-----  
Este Documento es parte de una publicación literaria por parte de:  
- "La Guirnalda Polar"

Redvista Electrónica de Cultura Latinoamericana en Canadá  
Redvista es: (una "revista" que se publica en el internet)

- Número de la Publicación: 144
- Título de la Publicación: Poesía andaluza con Juan Cervera Sanchís: Sonetos de las Verdes Verduras
- Titulado: La Papa, La Espinaca, El Laurel y la Zanahoria
- Género: Poesía
- Autor: Juan Cervera Sanchís
- Año: 2008
- Mes: noviembre
- URL: <http://lgpolar.com/page/read/563>

---

## Imágenes relacionadas con este documento:

1. - La papa, en una imagen del libro de Alma Holman Burton The Story of Our Country, A Primary History of The United States, New York, 1896.
2. - El laurel, del libro de B. P. Holst The Teachers' and Pupils' Cyclopaedia, Kansas City, 1909.
3. - Zanahorias, en una imagen del libro de Alma Holman Burton The Story of Our Country, A Primary History of The United States, New York, 1896.

## Este número también contiene los siguientes documentos:

- Sobre el Libro "Sonetos de las Verdes Verduras"  
Editorial por José Tlatelpas  
<http://lgpolar.com/page/read/554>

- Biografía del poeta  
Biografía por Mario Ramírez  
<http://lgpolar.com/page/read/555>

- El Ajo, El Apio y El Ajonjolí  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://lgpolar.com/page/read/556>

- La Alcachofa, La Acelga y Las Algas  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://lgpolar.com/page/read/557>

- El Brócoli, La Calabaza y La Cebolla  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://lgpolar.com/page/read/558>

- El Espárrago, La Escarola, La Coliflor  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://lgpolar.com/page/read/559>

- El Nopal, El Pepino y El Aguacate  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://lgpolar.com/page/read/560>

- El Perejil, El Rábano y El Tomate  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://lgpolar.com/page/read/561>

- La Verdolaga, La Hierbabuena y La Lechuga  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://lgpolar.com/page/read/562>

- La Papa, La Espinaca, El Laurel y la Zanahoria  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://lgpolar.com/page/read/563>

- TRINI CORONA, RECORDANDO A LEÓN FELIPE  
Artículo por Juan Cervera Sanchís  
<http://lgpolar.com/page/read/565>

- Barak Obama, presidente de Estados y la famosa "Obama Girl!"  
Artículo por Fuente  
<http://lgpolar.com/page/read/567>

- La Guirnalda Polar propone al caricaturista Carlos Giménez para el "Premio Príncipe de Asturias"  
Artículo por Fuente  
<http://lgpolar.com/page/read/570>