

# La Guirnalda Polar

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

## El Brócoli, La Calabaza y La Cebolla

Poesía por Juan Cervera Sanchís

### VII

#### EL BRÓCOLI

Entre los vegetales, tus poderes  
nutricionales son insuperables,  
y tus dones son tantos y admirables  
que, con la admiración, la envidia infieres  
Que por más que tú nunca los ponderes,  
crudo, al horno, al vapor, son ponderables  
tus muchas propiedades envidiables,  
pues la verdad sea dicha envidiable eres.  
Oh brócoli de sanas cualidades,  
rebosante de calcio, antioxidante  
y del ácido fólico dador  
Cante yo en un soneto tus bondades,  
es decir, tu verdad determinante  
de crucífera bella y superior.  
2008

### VIII

#### LA CALABAZA

Cruda, jamás cocida, así te quiero,  
calabaza, tan llena tú de vida,  
por el sodio y el cloro enriquecida,  
y admiración del sabio cocinero.  
Con gusto yo en mí dieta te prefiero  
pues tu orgánica agua en mi comida  
alegra mi salud agradecida  
como alegra mi mesa el fiel salero.  
Que calabazas tú nunca me has dado  
y sí estupendas calificaciones  
pues eres tú dadora de alegría.  
Que tú fósforo, siempre iluminado,  
y tu hierro nutricio de altos dones  
son sinónimos vivos de energía.

### IX

#### LA CEBOLLA

La cebolla y su blanca y tierna molla

jugosa de virtudes. Medicina  
la cebolla en verdad, y genuina;  
que la cebolla nuestra mesa enjaya.  
¡Ah, la cebolla, madre, la cebolla!,  
que nos hacía llorar en la cocina;  
la cebolla que no conoce espina  
y tan dulce en el fondo de la olla.  
Entre aceites de éter, soñadora  
y realista a la vez día con día,  
pues es ella sin duda apetecible.  
La cebolla, señora y gran señora  
por su muy bien ganada jerarquía,  
que en el fogón es ella imprescindible.

---

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: El Brócoli, La Calabaza y La Cebolla
- Género: Poesía
- Autor: Juan Cervera Sanchís
- Año: 2008
- Mes: noviembre
- URL: <http://www.lgpolar.com/page/read/558>

---

### Imágenes relacionadas con este documento:

1. - Cartel de calabaza del siglo XIX
2. - Broccoli floreando, del libro de Gager, C. Stuart, Fundamentals of Botany, Philadelphia, 1916.
3. - Cebolla, del libro de B. P. Holst, The Teachers' and Pupils' Cyclopaedia, Kansas City, 1909.
4. - Otro cartel de calabaza del siglo XIX, autor desconocido

### Este número también contiene los siguientes documentos:

- Sobre el Libro "Sonetos de las Verdes Verduras"  
Editorial por José Tlatelpas  
<http://www.lgpolar.com/page/read/554>
- Biografía del poeta  
Biografía por Mario Ramírez  
<http://www.lgpolar.com/page/read/555>
- El Ajo, El Apio y El Ajonjolí  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://www.lgpolar.com/page/read/556>

- La Alcachofa, La Acelga y Las Algas  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://www.lgpolar.com/page/read/557>
  
- El Brócoli, La Calabaza y La Cebolla  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://www.lgpolar.com/page/read/558>
  
- El Espárrago, La Escarola, La Coliflor  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://www.lgpolar.com/page/read/559>
  
- El Nopal, El Pepino y El Aguacate  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://www.lgpolar.com/page/read/560>
  
- El Perejil, El Rábano y El Tomate  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://www.lgpolar.com/page/read/561>
  
- La Verdolaga, La Hierbabuena y La Lechuga  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://www.lgpolar.com/page/read/562>
  
- La Papa, La Espinaca, El Laurel y la Zanahoria  
Poesía por Juan Cervera Sanchís  
<http://www.lgpolar.com/page/read/563>
  
- TRINI CORONA, RECORDANDO A LEÓN FELIPE  
Artículo por Juan Cervera Sanchís  
<http://www.lgpolar.com/page/read/565>
  
- Barak Obama, presidente de Estados y la famosa "Obama Girl"  
Artículo por Fuente  
<http://www.lgpolar.com/page/read/567>
  
- La Guirnalda Polar propone al caricaturista Carlos Giménez para el "Premio Príncipe de Asturias"  
Artículo por Fuente  
<http://www.lgpolar.com/page/read/570>