

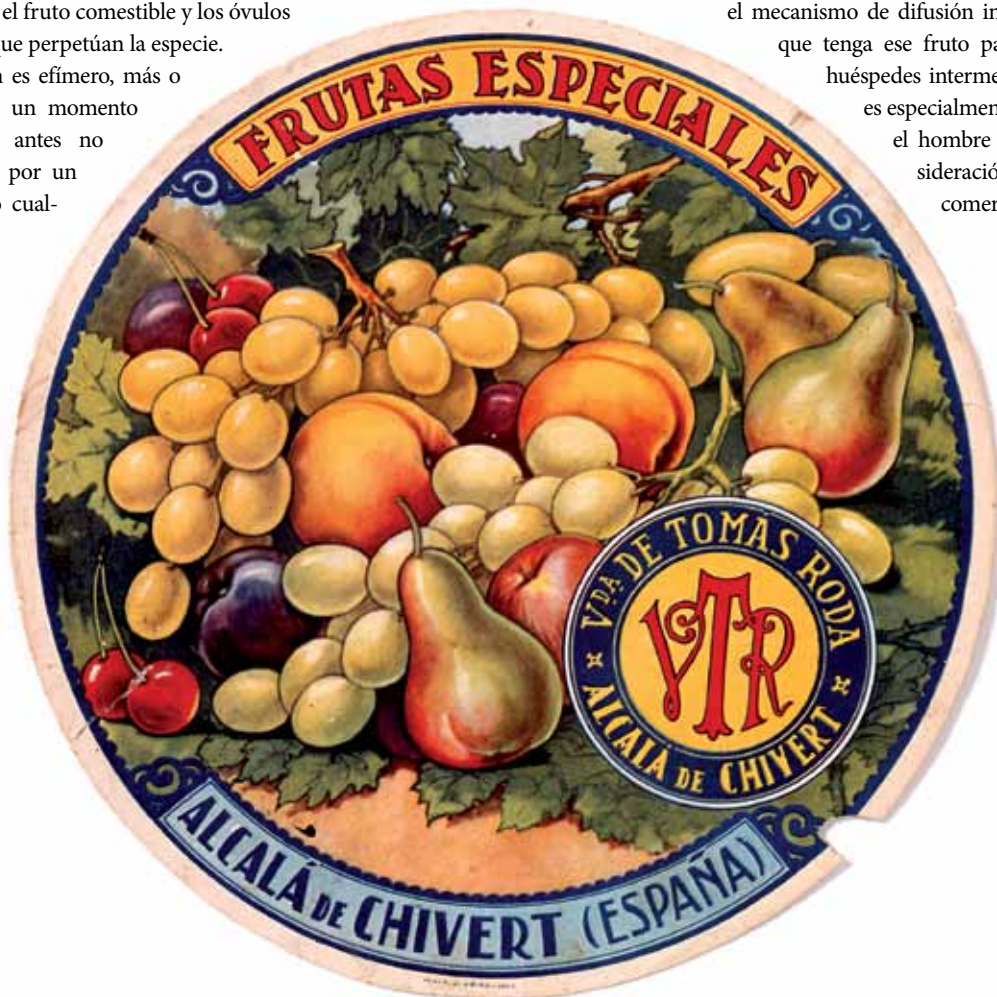
Frutas

Ismael Díaz Yubero

TODAS LAS PLANTAS TIENEN UN FRUTO, QUE SOLAMENTE es un estadio intermedio, entre la floración y la germinación de las semillas, en el ciclo de reproducción de todos los vegetales. Lo que sucede es que se manifiestan de muy variadas formas y composiciones. En el centro de cada flor está el ovario, que una vez fecundado se convierte en la promesa de una nueva planta, de tal forma que generalmente las paredes se convierten en el fruto comestible y los óvulos en las semillas, que perpetúan la especie. El fruto también es efímero, más o menos, pero en un momento determinado si antes no ha sido comido por un mamífero, ave o cual-

quiera de los animales, que forman la gran familia zoológica y que cumplen un importante papel en la supervivencia de la especie, caerá al suelo, quizás la transporte el agua, o el viento y en algunos casos se desarrollará la planta y continuará el ciclo. Pero si esto sucede la propagación será muy limitada y por eso la naturaleza ha programado que cualquiera de los animales que la coma, pueda convertirse en un huésped intermediario que ayude a la difusión de la especie. En

el mecanismo de difusión influye el atractivo que tenga ese fruto para los diferentes huéspedes intermediarios y cuando es especialmente apetecible para el hombre adquiere la consideración, más o menos comercial, de fruta.



VDA. DE TOMÁS RODA

TOMÁS RODA, VDA. DE. Alcalá de Chivert (CASTELLÓN)1930. Papel litografiado. 30 (Diámetro).

Esta etiqueta, que servía para identificar los envases de madera de forma redonda que contenían frutas variadas y escogidas de esta empresa de Alcalá de Chivert (Castellón), se ilustra con la estética propia del bodegón clásico de la pintura.

Las "frutas especiales" que se podían encontrar dentro del recipiente eran: cerezas, peras, manzanas, uvas, ciruelas, melocotones, etc., orlado el conjunto con hojas y sarmientos de la vid. Y todo ello ilustrado en vivísimos y atractivos trazos y colores.

Algunos estudiosos aseguran que el ser humano en sus primeras etapas era sobre todo cazador, pero cada vez se acepta más la teoría de que fundamentalmente era “cazado” por muchos depredadores, y que su alimento principal, inicialmente, fueron sobre todo las semillas en diferentes presentaciones, algunas de ellas son las que consideramos frutas.

El problema es que no hay una clasificación única de las frutas. A veces se diferencian drupas de bayas, otras frutas de hueso, de pepita y de cada uno de estos grandes grupos salen muchísimos subgrupos, que intentan acoger a todo lo que consideramos como fruta porque cumple, aunque no siempre, dos condiciones generales que son las de ser dulces y la de que nos las comemos. Después consideraremos si la fresa, el higo, la sandía, el melón o el kivano, son realmente frutas o no lo son, pero sea como sea la realidad es que cumplen el papel que permite que, salvo cuando nos ponemos excesivamente meticulosos, y recurrimos a otras denominaciones como aquenios, balaustas y otros términos, podamos llamarlas, y con aceptación general, frutas.

DELIMITACIÓN Y EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO “FRUTA”

Hay más discusiones y en algunos casos hasta con repercusiones legales como es el caso de los tomates. Sucedió en 1883, cuando el gobierno de Estados Unidos promulga un impuesto a la importación que afecta a las verduras, pero no a las frutas. En el organismo administrativo, que regulaba el funcionamiento de las aduanas, se decidió que la ley era aplicable al tomate, pero la determinación fue objeto de controversia y apelaciones, lo que dio lugar a un famoso juicio que dejó sentada una insólita jurisprudencia, que aún hoy se estudia en las escuelas de derecho en Estados Unidos. La célebre contienda se conoce como el caso “Nix versus Hedden” y enfrentó a los importadores (Nix) con el aduanero de Nueva York (Edward Hedden), quien entendió que el tomate debía pagar tributos, por ser una hortaliza. Tras extensos debates, la Suprema Corte de Estados Unidos falló en 1893 que, “si bien botánicamente el tomate es una fruta, puesto que es el ovario maduro de una planta, no lo es desde el punto de vista del consumidor, que lo come en ensaladas junto a la lechuga, lo hace sopa, como al apio o lo guisa como a la patata, y nunca lo come de postre como hace con las manzanas”. Está claro que el sentido común y la botánica no siempre están de acuerdo, pero más claro todavía está que el tomate no es una fruta, por mucho que se empeñen algunos hombres de ciencia en convencernos de que casi toda la humanidad está en un error.

Es evidente que la producción de las frutas es muy diversa en las distintas regiones geográficas, en función de condicionantes variables y especialmente de los climáticos y los edafológicos. Esta diferencia era todavía mucho mayor, cuando el conocimiento botánico era más limitado y se sabía poco de la alimentación y la reproducción de las plantas, lo que hacía que su disponibilidad fuese escasa y estuviese en función casi exclusivamente de la oferta que la naturaleza hace en cada región.

La evolución de la fruticultura de árbol occidental comenzó en Oriente, en la región limitada por Mesopotamia, Babilonia y Egipto. Griegos y romanos fueron sus herederos, pero también sus principales transmisores, para que el cultivo se extendiese por todo el mundo y que se adaptase cada especie a las condiciones medioambientales más favorables.

ALIMENTO PRINCIPAL DE LA HUMANIDAD

Cuenta Jacques Brosse que procedentes del neolítico, en la región formada por la actual Suiza, Baviera y norte de Italia, se han identificado restos arqueológicos de diferentes frutas. Las enumera en una relación que está formada por bellota, hayucos, castañas, avellanas, serbas, almecinas, endrinas, almendras, frutos del cornejo, cerezas, manzanas, peras, frutos del viburno, moras, frambuesas, uvas, bayas de sauco, de escaramujo y de espino albar. Ello nos hace pensar que efectivamente no siempre hemos comido las mismas frutas, que cada vez es más amplia la relación de las que son frecuentes en nuestra alimentación y, sobre todo, que la aparición de nuevas posibilidades ha relegado el consumo de aquellas que nos resultan gastronómica, nutricional y dietéticamente más adecuadas para nuestro provecho. Desconozco que haya estudios que identifiquen las frutas de otras regiones, aunque seguramente los haya, pero es evidente que por esa época las frutas disponibles en Asia, en América, en Oceanía o en África eran bastante diferentes y si a ello sumamos la diversidad de climas y suelos, las listas pueden ser variopintas e interminables.

Quizás deberíamos plantearnos en qué momento comenzaron a cultivarse las plantas y, por lo tanto, a mejorar los rendimientos de aquellas que nos proporcionan fruta, pero es muy posible que nos sirviera de muy poco, e incluso que enseguida llegáramos a la conclusión que el proceso continúa, porque de cuando en cuando aparecen nuevas frutas, que hasta fecha reciente eran salvajes, o por lo menos limitadas en su cultivo a regiones muy concretas. Es cierto que entre ellas nos encontraríamos muchos nombres de frutas, no muy conocidas fuera de su zona de origen, pero quizás nos sorprenda que algunas son de difusión muy reciente, como el kiwi, que hasta mediados del siglo pasado solo existía en China, desde donde llegó a Nueva Zelanda, según unos llevada por misioneros y según otros por una profesora, que se fue de vacaciones a China y trajo semillas de lo que se denominaron grosellas, a las que a veces se les añadía el apellido de “chinas”. Con este nombre las plantó un agricultor llamado Hayward Wright y en 1952 se enviaron al Covent Garden, de Londres, 20 cajas del fruto, que por su parecido con el perfil, color y tacto del pájaro autóctono de Nueva Zelanda, llamado kiwi, se las bautizó con este nombre. Es curiosa la gran difusión que ha tenido esta fruta, que no se caracteriza por la excepcionalidad de sus propiedades organolépticas, pero que ha sido muy bien promocionada por sus propiedades dietéticas por

la acción favorable en la función intestinal, por su riqueza en vitamina C y por su color, casi exclusivo entre las frutas, lo que la hace imprescindible en cualquier macedonia o tarta de frutas a las que mejora estéticamente.

LA IMPORTANCIA DE ABADÍAS Y MONASTERIOS EN LA DIFUSIÓN DE LAS FRUTAS EN EUROPA

La evolución de la fruticultura de árbol occidental comenzó en Oriente, en la región limitada por Mesopotamia, Babilonia y Egipto. Griegos y romanos fueron sus herederos, pero también sus principales transmisores, para que el cultivo se extendiese por todo el mundo y que se adaptase cada especie a las condiciones medioambientales más favorables, incluso forzando la selección para que determinadas variedades, de muy diversos frutos, creciesen y se multiplicasen en climas que en principio no se consideraban muy favorables. Hay que reconocer la importante labor que se desarrolló en las abadías y monasterios durante la Edad Media. Disponían de amplios terrenos y de tiempo suficiente para cuidar sus plantaciones, para hacer injertos, para tratar las frutas convenientemente, para que su conservación fuese prolongada y para darles el uso más oportuno, en la cocina y en la mesa. Tenían fama determinadas Órdenes religiosas por la calidad de sus frutas, que hacían llegar a las más elevadas jerarquías. Se cuenta que en las proximidades de Roma había una residencia llamada Cantalupo, que producía excelentes melones, tan buenos que dos Papas, uno Pablo II en 1470 y otro Clemente VIII en 1605, murieron como consecuencia de cólicos por haber comido demasiados melones. Entre estas fechas la fama del aroma de la fruta se difundió por todo el mundo y los franceses Ronsard y Montaigne, con sus elogios, consiguieron el prestigio universal de la variedad cantaloup, que continúa vigente, como también continúa vigente, a pesar de su falsedad demostrada, el dicho de que el melón “por la mañana es oro, por la tarde plata y por la noche mata”

Se intercambiaron semillas y recetas y los mejores horticultores se empeñaron en mejorar la calidad de las frutas. Se cruzaron polinizaciones, se hicieron injertos, se cuidó el material genético y aparecieron muchas variedades, que fueron alabadas por su calidad sobre todo, pero también por su resistencia a las plagas, a climas adversos o a cualquier otro factor que contribuyera a expandir variedades. En bastantes ocasiones colaboraron diferentes especies animales, especialmente las aves y entre ellas las migratorias, que facilitaron la germinación de semillas de frutas en lugares en donde nunca antes habían existido, porque aunque a veces se habían desarrollado pequeños arbolitos, nadie conocía su identidad y no se les protegió para que diesen frutos.

Un poco después empezaron a llegar frutas, procedentes de los territorios ultramarinos y los especialistas se esforzaron en hacer crecer en invernaderos, que imitaban las condiciones tropicales de temperatura y humedad. En algunas ocasiones se consiguió que prosperasen, aunque para ello fue necesario hacer invernaderos especiales, artificialmente iluminados y como ejemplo se cita que a principios del siglo XVIII, Luis XV de Francia, que era muy caprichoso, pudo comerse una piña tropical obtenida en Versalles.

Al mismo tiempo que se extendía el cultivo se fueron perfeccionando las técnicas de transporte y se hizo posible que, a primeros del siglo XX, en cargueros especialmente acondicionados, con bodegas acondicionadas con aire refrigerado, llegasen a Europa cargamentos de los bananos, procedentes de América, los mismos que muchos años antes los españoles habíamos enviado desde las Islas Canarias al Nuevo Continente. Los avances tecnológicos permitieron que también se conociesen en Europa, y

sobre todo en el Reino Unido, los plátanos procedentes de Canarias, que naturalmente prefirieron los ingleses a las que procedían de América, África o Asia de donde también empezó a llegar esta fruta.

En los últimos años la producción de frutas se ha revolucionado, porque han sucedido dos cosas importantes. Primero, que el conocimiento genético de las plantas ha permitido que la selección sea mucho más eficaz y que se busquen variedades nuevas constantemente, que aporten algún factor que las revalorice como su resistencia a plagas, a la salinidad, la precocidad, el acortamiento del proceso productivo o cualquier otro factor, que hacen que cada

año aparezcan variedades en el mercado y que las que en su momento fueron nuevas, en unos pocos años, han quedado obsoletas. En segundo lugar, la perfección de los sistemas de conservación y transporte ha facilitado que la comercialización pueda terminar a mucha distancia de la producción, por lo que un consumo tradicional muy ligado a la proximidad, en el tiempo y en el espacio, hoy se ha convertido en una oferta muy diversificada, que ofrece la posibilidad de conocer nuevas frutas.

Las especies de consumo tradicional hoy comparten espacio con otras, que han llegado recientemente y que han conquistado una cierta cuota de mercado, como es el caso del kiwi, el aguacate, el mango o los nuevos cítricos y además muy pronto llegarán otras que apenas han asomado como el litchi, el logan el goji o el noni, que generalmente se promocionan aludiendo a sus virtudes nutricionales, preventivas, curativas y con frecuencia también afrodisiacas.

Es bueno, por supuesto, que cada vez dispongamos de mayor diversidad, que cada año se prolongue el periodo de comercialización de casi todas las frutas, que la industrialización nos ofrezca nuevas posibilidades de consumirlas, que cada vez las empleemos mejor y les saquemos más provecho, pero también es cierto que esto lleva

Las especies de consumo tradicional hoy comparten espacio con otras, que han llegado recientemente y que han conquistado una cierta cuota de mercado, como es el caso del kiwi, el aguacate, el mango o los nuevos cítricos y además muy pronto llegarán otras que apenas han asomado como el litchi, el logan el goji o el noni

Sandía marca Fashion®, un caso de éxito.



Grupo AGF es un ambicioso proyecto que ofrece al mercado una sandía negra sin pepitas uniforme en calidad y que, hoy en día, se ha convertido en la agrupación de empresas de mayor envergadura en el sector primario hortofrutícola en Europa.

El proyecto nace en el año 2002 con el propósito de crear un amplio calendario de sandía de máxima calidad, ajustado a las necesidades de los clientes y consumidores actuales, marcándose como principal objetivo recuperar la confianza en el consumo de sandía.

Grupo AGF, propietario de sandía marca Fashion®, cuenta con un modelo de gestión totalmente innovador. Su principal labor se

centra en la estandarización de criterios para garantizar un producto uniforme en calidad e identificación, lo que constituye un caso único en España.

Las empresas que forman Grupo AGF se concentran especialmente en el litoral mediterráneo, por lo que sandía marca Fashion® se cultiva tanto en invernadero como en aire libre, garantizando un amplio calendario de producción y suministro.

Durante 2012 las empresas del Grupo produjeron y comercializaron 70.000 toneladas de sandía negra sin pepitas, en una superficie de plantación de 1.650 has., lo que le ha convertido en la marca de mayor notoriedad tanto en el mercado local como europeo en el tipo "sin semillas". Para 2013 hay una previsión de alcanzar las 80.000 toneladas en 1.800 has.

La sandía marca Fashion® se caracteriza por su gran sabor, dulce y crujiente, su color rojo intenso, por no tener semillas y por mantener el aspecto y sabor tradicional de la sandía "de toda la vida". Su alto contenido en licopeno y citrulina le dan propiedades antioxidantes y efectos beneficiosos para el corazón y el sistema inmunitario.

En esta campaña 2013 Grupo AGF ha lanzado al mercado la sandía Fashion Go!, la sandía "que se lleva", en una original y práctica malla de transporte, lo que confirma el compromiso del Grupo por el desarrollo de nuevos productos y presentaciones.

La innovación está presente en todos los planes de futuro de Grupo AGF. Un esfuerzo sin descanso para que la marca sandía Fashion® siga estando tan valorada como hasta ahora.



GRACIAS por confiar en sandía fashion®

GRUPO AGF

fashion

CORAZÓN SANO

El consumo de frutas y verduras es el modo de prevenir la obesidad y la diabetes, mejorar la salud cardiovascular y reducir el riesgo de sufrir enfermedades crónicas.

www.sandiafashion.com

Facebook, Twitter, YouTube icons

QR code

Logo: fashion CORAZÓN SANO con Licopeno y Citrulina

GRUPO AGF

fashion

GRACIAS A SU ESFUERZO, NUESTRA SANDÍA MARCA FASHION® ESTÁ EN LOS HOGARES DE MILES DE FAMILIAS ESPAÑOLAS. GRACIAS A SU CONFIANZA. HOY ESTAMOS PRESENTES EN LOS PRINCIPALES MERCADOS EUROPEOS. DESDE GRUPO AGF LE SEGUREMOS OFRECIENDO EL MEJOR SERVICIO, UNA ATENCIÓN COMERCIAL PERSONALIZADA A SUS NECESIDADES Y UN PRODUCTO SALUDABLE Y DE LA MÁXIMA CALIDAD. DESCUBRA AHORA TAMBIÉN FASHION GO!, CON UNA CÓMODA ASA PARA SU TRANSPORTE. ¡LA SANDÍA QUE SE LLEVA!



RICARDO LLACER E HIJOS

RICARDO LLÁCER E HIJOS. Algemés (VALENCIA). A. Carot 1950. Papel litografiado. 74,5 x 52,2

Este es un alegre y colorista cartel, de tamaño apreciable (74'5 x 52'2), que anunciaba una conocida marca de naranjas en los años cincuenta, y estaba firmado por A. Carot para esta casa de Algemés (Valencia).

Lo más destacable de él (aparte de que se imprimió en dos tamaños), es su finalidad exclusivamente amable, hecho para agradar a todos los públicos, grandes y pequeños, sin tratar de encontrar un sentido de mayor trascendencia o significado a lo que se veía: un sonriente conejo que, subido a una gran naranja de la marca, va sobre un carro, y es llevada con éste por otro sonriente pato con pámela, que ejerce a su vez de caballo que arrastra el citado carro con las riendas que dirige el conejo-cochero (con látigo y todo).

aparejado que desaparezcan muchas variedades que tuvieron, en tiempos pasados, una gran importancia y que es muy posible que, en el futuro, busquemos alguno de los factores que nos ofrecieron. Un caso típico es el de la naranja sanguina que durante muchos años fue de consumo muy frecuente en España, pero la aparición de nuevas variedades más productivas, o más precoces, hicieron que casi desapareciera, aunque algunas de sus propiedades y en concreto el color rojo intenso, debido a su contenido en pigmentantes a los que se les ha descubierto efectos antioxidantes, hace que hoy se vuelvan a demandar. Algo parecido ha sucedido con algunas variedades de manzanas, que van siendo sustituidas por otras que cada año irrumpen en nuestros mercados. No estamos en absoluto en contra de las nuevas variedades, porque nos aportan calidad y cua-

lidades que el mercado acepta, estamos claramente a su favor, pero también lo estamos de que no se pierda ninguna variedad, que se formen bancos de germoplasma, para que cuando sea necesario lo podamos emplear como mejorador.

LAS CONSERVAS DE FRUTAS

Más o menos por esta época también se produjeron avances importantes en la conservación industrial de las frutas y se enlataron, cerrándolas herméticamente, las primeras mermeladas, que ya eran una conserva habitual de carácter artesano, que había servido para prolongar la utilización de las frutas, añadiendo tal cantidad de sacarosa que dificultase la actividad microbiótica. Es curioso el origen del nombre mermelada, que se empleó para designar a la conserva de membrillo (marmelo, en portugués) y que, posteriormente, ha servido para designar a las confituras de las diferentes frutas..., excepto en el Reino Unido, donde solo se pueden llamar mermeladas a las que se hacen con cítricos, preferentemente con naranja y con más preferencia todavía a las que se hacen con la variedad "Sevilla", que es la que procede de los frutales bordes que están plantados por toda la ciudad. Es evidente que es la mejor mermelada, la más sabrosa y la más aromática, la que hace recordar el olor de la ciudad en el mes de abril, cuando los naranjos están cuajados de azahar. Hoy se hacen mermeladas con todas las frutas y se les da diferentes nombres como confituras, jaleas, puré o pulpa de fruta, con limitaciones en su contenido en diversas frutas y azúcares, en una legislación de la Unión Europea ciertamente engorrosa.

Con anterioridad se habían conservado frutas, seguramente las primeras veces por desecación. Fueron antecesores de los actuales orejones de albaricoque o melocotón, de las uvas y las ciruelas pasas y de los higos y dátiles que pueden conservarse durante bastante tiempo, si se consigue eliminar parte del agua y concentrar los azúcares, para lo que es necesario partir de frutas bien maduras.

Un paso más avanzado son las frutas "escarchadas", glaseadas o confitadas, que necesitan la adición de sacarosa, que refuerce la acción bactericida de los azúcares de composición. Fueron un dulce muy estimado en la antigüedad y todavía lo siguen siendo porque, cuando están bien hechas, conservan el aroma y el sabor de la fruta original. Para obtenerlas es necesario proceder a diferentes cocciones, que permitan la penetración de la sacarosa, hasta el punto de que la concentración sea tal que en la superficie se produzca una cristalización, que debe ser suficiente para dar una textura cristalina, pero sin que se impida la apreciación del color de la fruta tratada. Los mejores reposteros, de los siglos XVI y XVII, presumieron de recetas y se esmeraron en hacer presentaciones diversas de frutas enteras, partidas, cortadas, formando figuras, etc., y todavía, aunque tienen mucha más competencia, hoy son elemento imprescindible de una parte muy interesante de nuestra repostería, especialmente de la navideña.

Otra presentación tradicional es la fruta en almíbar, que tiene la misma elaboración que la anterior, con la particularidad de que



MUÑOZ - ARNAU - AVINENT

MUÑOZ - ARNAU - AVINENT. CASTELLÓN 1930. Papel litografiado barnizado. 19,7 x 26

El caso aquí recogido pertenece a una etiqueta de caja de naranjas de Castellón que hasta los años 50 y 60 del pasado siglo llevaban todas las marcas, con un motivo ciertamente simpático y recurrente para referirse a las pandillas de muchachos.

Con la estética propia de la década de los años treinta, lo que presenta la escena es la entrada furtiva de tres niños en un naranjal para robar esa fruta, saltando la valla de ladrillos que los protegía, y con unas caras que lo dicen todo. La del más decidido, que ya ha saltado, es la más alegre; la del amigo rubio, que le sigue y está a punto de hacerlo, también sonríe, pero con más precaución; y finalmente, la del tercer amigo, del que sólo aparecen sus dos manos agarradas a la tapia con sus ojos observadores, son una mezcla de duda y temor, quedándonos sin saber si por fin llegó a saltar, o dejó a sus amigos (más atrevidos que él) que lo hiciesen ellos solos...

El texto en inglés (pues estas naranjas se dirigían a la exportación), acerca de "las naranjas más finas"... se aclaraba con una frase: "A los niños les gusta como fruta...", seguida del nombre de la empresa, y una aclaración: "las naranjas de calidad más alta".

todo el proceso se desarrolla en medio líquido. Seguramente la forma inicial de elaborarse fue utilizando como base el mosto de uva, que concentrado por calentamiento da lugar al arropo, en el que posteriormente se cuece la fruta, dando lugar a algunas preparaciones tradicionales como el codoñate, que es de membrillo, el calabazate, que se hace con calabaza y otras muy diversas preparaciones con variadas frutas.

Las frutas en almíbar siguen estando de actualidad e incluso se hacen algunas "delicatesen", como la "mostarda", que es una delicia, que se elabora con la ayuda de la mostaza. Es muy valorada la de Cremona y aunque un poco menos son muy apreciadas las de Vicenza y la de Mántova, que son un excelente complemento para las

carnes, poniendo un punto dulce y picante, que se aprecia sobre todo en el "bollito misto" que es un hervido de siete carnes diferentes, muy típico de la llanura Padana.

De todas las conservas de frutas, la más extendida es sin duda el zumo, que en algunos casos llegan a ser el destino de más de una tercera parte de la producción, como sucede con la naranja, que llega a ser la finalidad del 75% de la producción brasileña, aunque en el caso de España por su calidad, muy apreciada en Europa como fruta fresca, no se llega ni siquiera al 15%. La presentación de zumos en el mercado es muy variada, pudiéndose encontrar el producto concentrado, pasteurizado, con o sin azúcares añadidos, deshidratado, liofilizado, reconstituido, etc.

También hay diferencia entre los zumos obtenidos directamente de la fruta exprimida, los cremogenados que son puré de diferentes frutas y los néctares, que se producen a partir de fruta triturada, que además puede llevar azúcares añadidos. También se comercializan néctares de varias frutas mezcladas, en las que la base suele ser el mosto de uva por ser, generalmente, el zumo más barato del mercado. Finalmente también existen bebidas de frutas en la que la proporción puede ser muy pequeña, e incluso preparados, para elaborar sucedáneos de los zumos, en los que se imita el color, el sabor y hasta el aroma, pero sin que entre nada de la fruta a la que hace alusión, en su composición.

También tienen cierta importancia las bebidas alcohólicas. La más importante es el vino, a partir del cual o de los subproductos obtenidos durante su fermentación se consiguen muy variados aguardientes. Cognac, brandy, pisco, orujo, etc. son en su conjunto frecuente destino del alcohol vínico destinado a la alimentación. La sidra es otra interesante bebida, que se elabora en muchos países, a partir de manzana, que si se destilan proporcionan el calvados y otros aguardientes de manzana. Con las cerezas se elabora el kirch y con las ciruelas el slivovitz, muy típico de los países centroeuropeos.

FAMILIAS FRUTALES

Hay muchas clasificaciones de las frutas y todas son criticadas, con razón, y ninguna mejora a las anteriores hasta el punto de que alguna sea de aceptación general, aunque quizás la más aceptada es la que recurre a criterios tan simples como la de dar preferencia, sobre los demás caracteres, a la conformación de las semillas y de esta forma se hacen tres grandes grupos que son las frutas de pepita, las de hueso y las de grano. Por supuesto que no es completa y por eso hay otras que también son de uso frecuente, como son las que las reúnen en tropicales, del bosque, cítricas, etc., o las que diferencian las climatéricas porque continúan su maduración una vez recolectadas y no climatéricas, porque una vez recolectadas no continúan transformando nutrientes y por lo tanto se para la maduración.

Como nuestra intención es dar un repaso general a las más utilizadas en nuestra alimentación, vamos a proceder mezclando las clasificaciones, para poder analizar las que nos interesan, a costa de ser conscientes que nuestro criterio no es ni muy científico ni muy ortodoxo.

LAS FRUTAS DE PEPITA

En este grupo incluimos manzanas, peras, membrillos, uvas y nísperos, aunque la diferencia de las pepitas sea muy notable.

Sin duda la fruta de cultivo más generalizado y de mayor consumo en el mundo es la manzana. También es el símbolo frutal más utilizado de todos cuanto existen, porque por una manzana, que le ofreció Eva, salió Adán del paraíso terrenal; Newton descubrió o mejor aclaró su concepto sobre la gravedad; Guillermo Tell se con-

virtió en un héroe; Blancanieves conoció al príncipe; los ingleses la consideran el más famoso remedio contra todos los males que afectan a la salud, porque afirman que comiendo una manzana al día se aleja al médico, aunque Oscar Wilde matiza que además es necesario tener buena puntería, para acertarle en la frente cuando se acerque; Alan Turing la utilizó para suicidarse y en su memoria se denominó Apple a la más importante firma telemática y se hizo famoso su logotipo; Nueva York dio nombre a su centro, como Gran Manzana y Neruda escribió una oda en su honor, que si no es de las mejores por lo menos es de Neruda.

Su origen está en Asia Central pero como se conserva bien, se transporta con facilidad, se adapta a casi todos los suelos y climas y como además es muy sabrosa, se ha extendido por todo el mundo. A España llegó con los romanos y más tarde los árabes nos enseñaron a cultivarlas. El país máximo productor es China y después la Unión Europea en su conjunto. Tiene la ventaja de que al dulzor, cualidad general de todas las frutas, añade un punto muy interesante de acidez, debido al ácido málico, pero como la cantidad de este es muy variable, entre unas variedades y otras, la diversidad de ellas es muy grande y además cada año aparecen algunas nuevas.

Las tradicionales españolas como la reineta, la belleza de Roma, la mingan, la verde doncella o la camuesa, mantienen su calidad, pero han perdido interés debido a las productividades más altas y, muchas veces a la mayor estética de las nuevas variedades, como la golden delicious, la starking, la granny Smith, la fuji, etc. En España la producción se concentra sobre todo en Cataluña, aunque con participación de Aragón, puesto que la zona máxima productora está entre el Cinca y el Segre y en menos proporción, aunque a veces con gran calidad, hay interesantes núcleos productivos en Extremadura, Asturias, Galicia, El Bierzo, etc. Nuestra producción está más o menos al nivel del consumo pero, como la climatología influye mucho en esta producción, hay años que, en el balance final, somos importadores y otros que tenemos excedentes.

Su prolongada conservación hace que haya manzanas durante todo el año en el mercado y que nuestro consumo esté entre 12 y 14 kilos anuales por persona. Tienen denominación de origen las reinetas de El Bierzo, indicación geográfica protegida la poma de Girona y marca de calidad de Castilla-León la reineta de las Caderechas, de Burgos, que son maravillosas de sabor y textura.

Las **peras** también proceden de Asia y también las trajeron a España los romanos, aunque hay una teoría que asegura que son europeas. Es una fruta muy apreciada pero su conservación es más delicada que la de la manzana, con la que además compite preferentemente en cuanto a áreas productivas y en cuanto a fruta de elección por los consumidores. La blanquilla de Aranjuez, la limonera, la decana, Bartlett, pasacrasana y ercolini son las más conocidas y tienen denominación de origen las de Lleida, Jumilla y las del Rincón de Soto de La Rioja. El consumo está en torno a los 8 kilos por persona y año. Las cifras de producción y consumo están muy próximas por lo que podemos considerarnos autoabastecidos, con importaciones y exportaciones bastante equilibradas.

El **membrillo** por su acidez y excesos de taninos es una fruta transformable casi en su totalidad, casi siempre en una confitura denominada "carne de membrillo", entre la que destaca por su calidad

síguenos en  @Bouquet_es

 <http://www.facebook.com/bouquetcultivamosfuturo>

Conseguidos con esfuerzo, los logros tienen más sabor.



Los frutos del esfuerzo tienen más sabor.

Como las frutas **Bouquet**: con el sabor de las cosas bien hechas.

En **Anecoop** conocemos el esfuerzo, que nos hace ser sinónimo de calidad, innovación y continuidad en los mercados en los que estamos presentes.

Esfuerzo que desde nuestra posición de **productores** presentes en todas las zonas de producción españolas, nos permite ofrecer una completa gama de frutas. Gama que incluye desde las más habituales en el mercado hasta las de menor presencia, gracias a la reciente incorporación de la gama **Bouquet Exotic**, dando respuesta a las expectativas de nuestros clientes tanto con un calendario que abarca todo el año, como en volumen, constancia, calidad y seguridad alimentaria.

Bouquet cultivamos futuro es un proyecto en el que trabajamos día a día bajo nuestros principios de Responsabilidad Social Corporativa: fomentando la alimentación saludable, garantizando la seguridad alimentaria, respetando el medio ambiente y generando proyectos de economía social.



BOUQUET
Cultivamos futuro

BOUQUET



www.bouquet.es

Anecoop, S. Coop • Tel: 963 938 500 • info@anecoop.com



y tradición la procesada en Puente Genil (Córdoba). Su utilización como guarnición de algunos platos, sobre todo de caza, es cada vez más frecuente.

Aunque todas las **uvas** son polivalentes, porque pueden vinificarse o consumirse directamente y en algunas variedades se sigue aprovechando esta doble posibilidad, como es el caso de la variedad albillo, pero la realidad es que se han impuesto en la mesa unas cuantas variedades específicas. Algunas son de producción tradicional española, como las de Aledo o la moscatel de Málaga, pero están ganando terreno uvas de variedades importadas, procedentes de Italia muchas veces, a las que se exige que sean apiréticas (sin pepitas) y que tengan piel resistente, para asegurarse la conservación durante el tiempo suficiente, además del resto de las condiciones organolépticas. Rosetti, Italia, royal queen y cardinal son variedades frecuentemente cultivadas, sobre todo en el Levante español y especialmente en las provincias de Alicante y Murcia. Tiene denominación de origen la uva embolsada de Vinalopó y las de Espuña, que acogen a las tradicionales de Aledo, Totana y Alhama de Murcia.

La última fruta de este grupo es el **níspero**, del que existen dos líneas, la europea de escaso interés y la japonesa que se cultiva especialmente en Alicante, en donde hay una denominación de origen que acoge a los nísperos de Callosa d'Ensarriá, en donde se cultivan las variedades algería, algar, bernia, tanaka y nadal. Está creciendo la valoración de esta fruta que también se está industrializando, envasándola en almíbar.

FRUTAS DE HUESO

La característica que une a este grupo de frutas es que tienen la semilla encerrada en un endocarpio, que se va endureciendo con la evolución del fruto y termina completamente esclerificado, rodeado de un mesocarpio carnoso que es la parte comestible. Pertenecen al género *Prunus* y tienen la particularidad común de ser muy sabrosas y refrescantes. Su maduración se produce al final de la primavera y durante el verano, aunque algunas, como las cerezas, se están cultivando en invernadero y se pueden recolectar al final del invierno o al principio de la primavera. Deben recolectarse maduras y su conservación en fresco no es fácil ni prolongada, por lo que son consideradas como frutas de estación. Son excelentes para la producción de mermeladas porque el punto de acidez que aportan es muy apetecible. En almíbar se conserva muy bien el melocotón, pero no sucede lo mismo con el resto de las frutas de este grupo. La desecación es otra forma de conservación frecuente, que se lleva a efecto con las ciruelas pasas y los orejones de albaricoque y melocotón. Son también interesantes los licores que se elaboran con estas frutas.

El nombre científico del **melocotón** es *Prunus pérsica* que alude a su origen geográfico. Aunque el país más productor es China, el norte del Mediterráneo y especialmente Italia y España se distinguen por la cantidad producida y sobre todo por su calidad. La variedad **nectarina**, que es un melocotón de piel lisa, es cada vez más demandada y por lo tanto más producida. Los

melocotones se suelen clasificar atendiendo a la dureza de su pulpa, a la vellosoidad de su piel, al color de la carne que puede ser blanca, amarilla o roja, a la adherencia de la carne al hueso, por el origen, diferenciándose entre europeos (principalmente tardíos) y americanos (casi siempre precoces) y por el momento de recolección, como precoces, de estación y tardíos. Algunos tipos de melocotón están en recesión como los de pulpa blanca y especialmente las **abrideras**, en tanto que otros están en alza como las **paraguayas**, a las que algunos la consideran como una fruta distinta al melocotón

La llegada temprana al mercado es un factor muy buscado por los productores y los comerciantes, porque la demanda es mucho mayor que en estación, aunque los de estas características suelen ser mejores. También se valoran los tardíos, con alguna exquisitez especial, como la que aporta el melocotón de Calanda, que tiene denominación de origen, porque a su calidad une la característica de que se produce con variedades locales y que se cultiva embolsado, para protegerlo de plagas y tormentas y controlar su maduración. El consumo de melocotones en España está próximo a 5 kilos por habitante y año. La zona productora más importante es Cataluña,

El nombre científico del melocotón es *Prunus pérsica* que alude a su origen geográfico. Aunque el país más productor es China, el norte del Mediterráneo y especialmente Italia y España se distinguen por la cantidad producida y sobre todo por su calidad.

sobre todo la provincia de Lleida, seguida de Andalucía, Aragón y La Comunidad Valenciana.

Al **albaricoque** se le conoce con el nombre científico de *Prunus armeniaca* porque durante mucho tiempo se creyó que su origen estaba en Armenia, en donde por cierto se producen unos albaricoques excelentes, pero posteriores investigaciones científicas han demostrado que procede de China, desde donde llegaron a las riberas del mar Caspio y desde allí a Grecia y Roma.

La producción se concentra en Murcia y la Comunidad Valenciana, con el 75% de total nacional. El periodo de producción va desde primeros de mayo a finales de julio y, fuera de estos meses, solo se produce alguna pequeña cantidad en abril y en agosto. Las variedades tradicionales como bulida, moniquí, paviot, comparten espacio con las nuevas, que con frecuencia se implantan primero en una determinada zona, como el real fino en Mula y Pliego o el mauricio en la vega media de Murcia, desde donde después se extienden por toda la zona productora.

También la **cereza**, *Prunus avium*, que debe su apellido a la importancia que en su difusión tuvieron al principio las aves que consumían el fruto y dispersaban las semillas, proceden de Asia y también su producción se concentra a finales de primavera y principios de verano. Aunque es cierto que la llegada a España fue de la mano de los romanos, la difusión del cultivo se produjo en los tiempos de la dominación árabe, que apreciaban mucho el sabor de la fruta y la



PONSITA

PONSITA. VALENCIA. 1962. Cartulina offset. 48 x 32

Este cartel, de tamaño mediano (48 x 32), e impreso en cartulina en 1962, recoge otro caso de dibujo amable y pensado para todo tipo de consumidor: pareja de niño y niña, con trajes típicos valencianos, montada ella en un asno cargado con dos alforjas repletas de naranjas y con una rama adornada de ellas, sonrientes ambos, y guiado el animal por el niño.

El texto que se recoge abajo aclara algo mejor los méritos económicos y comerciales de este exportador de Tabernes (Valencia): “Diez años de experiencia presentando la mejor calidad y selección”.

La primera cita española a la naranja se debe a San Isidoro de Sevilla, que la menciona en sus Etimologías, y Abú Zacarías y El Albeitar, árabes españoles, hacen elogio de su cultivo, de sus flores, de su fruto y de los remedios que se conseguían con el aceite de naranja.

belleza de la floración y del fruto, al que consideraron digno de ser imitado en la joyería y orfebrería.

Extremadura y Aragón son las principales zonas productoras de cerezas, seguidas de Cataluña. La “picota” que puede obtenerse de distintas variedades, como el ambrunés, pico negro, pico colorado

o pico limón se diferencia del resto de las cerezas porque puede comercializarse sin pedúnculo, sin que se resienta la calidad, mientras que en estas su eliminación da lugar a una herida en la inserción, que limita mucho su duración comercial. Las cerezas del Jerte tienen denominación de origen y las de la montaña de Alicante indicación geográfica protegida.

La ciruela es originaria de Persia y de las riberas del mar Negro. Su nombre científico es *Prunus domestica*, en alusión a lo pronto que se adaptó el cultivo a las tierras en las que se iban asentando las diferentes culturas. Hay muchas variedades de esta fruta en tamaño, forma, color y textura de la pulpa. La gran diversidad hace que su presencia en el mercado sea más prolongada que la de las otras frutas de hueso, extendiéndose desde mayo hasta octubre. Las principales regiones productoras son Andalucía, Murcia y la Comunidad Valenciana. Algunas variedades se cultivan por el buen resultado que ofrecen tras la desecación, como sucede con las ciruelas de California que se exportan a todo el mundo, otras por sus características para producir mermeladas y cada vez se busca más el tamaño y la diferencia de colores, pero hay una variedad que se conserva con dificultad, es pequeña, no es precoz ni tardía porque se recolecta en la mitad de la estación, y su color muy poco atractivo. Es la denominada Reina Claudia, que es de una calidad excelente, de un sabor intenso y de un aroma inigualable, por lo que sigue siendo la más apreciada por los consumidores.

LOS CÍTRICOS

Cada español consume al año aproximadamente unos 16 kilos de naranjas, unos 15 de mandarinas y 2 de limones. El prestigio de los cítricos españoles es considerable y la exportación alcanza cifras importantes. La naranja fue exportación fundamental durante los años de la postguerra y siempre una importante fuente de divisas. En la actualidad el producto más exportado en valor y cantidad es la mandarina. Alemania y Francia son los principales importadores (casi el 50% del total) y el incremento más importante porcentualmente se da en Suecia, Estados Unidos y Polonia.

Las **naranjas** proceden de China y se dice que su origen data de hace unos veinte millones de años. Desde entonces han sufrido importantes variaciones, tanto por la selección natural como por las hibridaciones. Espontáneas durante muchos años y actualmente casi siempre dirigidas por los avances genéticos que se han producido. Hay un documento que asegura que el emperador Ta Yu en el siglo XXIII antes de Cristo hizo obligatorio que una parte de los impuestos se pagase en naranjas. Las primeras noticias occidentales son de Teofastro que la denominó *Malus médica*, lo que podía traducirse como manzana curativa, a la que ensalzaba por sus propiedades sanitarias y aromáticas. Años después Virgilio la recomendó por sus propiedades antirreumáticas y como antídoto de venenos y Galeno recomendó su corteza como tónico estomacal. Seguramente en todos los casos se referían a naranjas amargas, que llegaron con los moros a Andalucía, con destino ornamental y que son las antecesoras de las que se siguen exportando a Inglaterra, con destino a la elaboración de la mejor mermelada que se hace en el mundo

La primera cita española a la naranja se debe a San Isidoro de Sevilla, que la menciona en sus Etimologías, y Abú Zacarías y El Albeitar, árabes españoles, hacen elogio de su cultivo, de sus flores, de su fruto y de los remedios que se conseguían con el aceite de naranja, para lo que explicaban el sistema para extraerlo, que ha seguido estando en vigor hasta hace relativamente poco tiempo. Todas estas referencias se refieren al naranjo amargo y la primera que hay sobre el cultivo de la fruta dulce es de primeros del siglo XVI aunque su cultivo siguió siendo moderado. A principios del siglo XIX, por sucesivos injertos se obtuvo en Carcagente una variedad de naranjo de gran calidad y de fácil cultivo, que se extendió rápidamente por la región. En 1848 se empiezan a exportar naranjas a Francia y en 1863 a Inglaterra, enseguida a Alemania y luego al resto de Europa y en la actualidad también a países de otros continentes.

Las variedades navel, selecta, común, blanca selecta, sanguina, se han ido sustituyendo por la washington, la navelate, la navelina y la thonson, la new hall, la delta seedless, etc., y otras muchas más porque las variedades a las que han dado lugar los injertos del naranjo primigenio, a finales del siglo pasado, superaban las 125.

También ha cambiado la estacionalidad y salvo en agosto y septiembre, que hay que recurrir a la importación, todos los meses hay disponible en el mercado naranja nacional, que se produce en sus tres cuartas partes en la Comunidad Valenciana y el resto procede de Andalucía, Cataluña y pequeñas proporciones de otras Comunidades.

La **mandarina** tardó más tiempo en llegar a España. En 1845 el Conde de Ripalda promueve a través de la Sociedad Económica de Amigos del País, la aclimatación de injertos, pero hasta veinte años después no se empezaron a producir las primeras con destino a la comercialización. Hoy superan, aunque ligeramente, las cifras de producción y de exportación de las naranjas.

Las variedades más apreciadas y, por lo tanto, más cultivadas son la okitsu/owari y la clausellina, pertenecientes ambas al tipo satsuma y marisol, oronules, clemenpons y, clemenule (la más cultivada) entre las clementinas, pero también hay nuevos híbridos, difíciles de clasificar como la ortanique, que son muy tardías, la fortune o la clemenvilla, también conocida como nova, que gana mercado de forma importante, hasta el punto de ser la segunda variedad más cultivada, después de la clemenule. La presencia en el mercado comienza en octubre y termina en abril.

El limón fue primordialmente considerado como medicina y de esta forma descrito por los predecesores de la medicina actual, como Dioscórides, Galeno o Teofrasto y todavía hoy sigue siendo recomendado por los médicos, para combatir ciertas dolencias y para prevenir algunos males. La producción más abundante está en Murcia, a la que siguen la Comunidad Valenciana y Andalucía, pero es cierto que pueden encontrarse plantaciones y algunas muy prestigiadas en su producción, como los limones de Cantabria, los gallegos o lo que es más sorprendente los procedentes del Valle del Tietar de la provincia de Ávila.

Aunque la mejor época de producción es de abril a junio, se recolectan durante todo el año, debido a la adaptación a nuestro clima y a la aparición de nuevas variedades. Quizás por eso somos el tercer país productor mundial, por detrás de Estados Unidos y de Italia.



GRAPES

GRAPES. ALMERÍA 1920. Papel litografiado. 49,4 x 36,8

Este precioso anuncio es un buen ejemplo de publicidad institucional, en el que no aparece ningún nombre de empresa, y sí sólo el de un producto, las uvas de Almería.

La imagen es un dibujo típico de la "Carmen" de España de Bizet y de Merimée: mujer andaluza con vestido de faraloes y estampado, tocando la guitarra y cantando, clavel en el pelo, peineta, pendientes de aro, y caracolillo en el cabello. A su lado, un campesino sonriente con pañuelo en la cabeza al estilo bandolero, pendiente en la oreja, faja en la cintura, y capacho lleno de uvas de Almería.

A su vez, el texto recogido en inglés (producto de calidad dirigido fundamentalmente a la exportación), reincidía en otro más de los tópicos que nos han caracterizado siempre: "De la tierra del sol y la música..."

Las variedades más cultivadas son el verna, primofiori y eureka. Con los tallos tiernos rebozados, y pasados por la sartén, se prepara en Murcia un postre muy interesante conocido como paparajotes.

La **lima** fue frecuente en España, pero la producción ha disminuido y se ha hecho tan poco conocida que incluso, a veces, se confunde con el limón verde. Hay muchas variedades en cuanto a forma y en cuanto a nivel de azúcar. Su destino más frecuente es en coctelería y por su intenso aroma, por lo que se utiliza como aromatizante en repostería. La cocina oriental también lo emplea en la preparación de algunos platos salados.

El consumo de pomelo en España es muy escaso y una gran parte de nuestra producción, que no es muy abundante, se destina a la exportación. No se conoce con exactitud su origen, aunque son

bastantes los que opinan que procede de un cruce entre la naranja y un cítrico denominado pummelo originario de las Islas Barbados. Se clasifica por el color de su pulpa en blanco, rosa y rojo y las variedades más producidas son el ruby red, el red marsch, el red seedless y el Thompson.

Han aparecido nuevos cítricos en el mercado, con todavía escasa incidencia, como el **yuzú**, muy empleado en coctelería o como infusión, el **pomelo chino**, dulce y de vesículas muy grandes, que puede pesar varios kg., la **mano de Buda** que tiene forma de dedos, el **calamondín** que se cultiva como planta ornamental sobre todo, el **caviar cítrico** que se usa en alta gastronomía por sus vesículas esféricas, que recuerdan en su forma al caviar y que dan un toque aromático y de color, el **kumquat**, que se come entero, con piel o en confitura, es muy aromático y agradable, etc.

LAS FRUTAS-HORTALIZAS

Este grupo recoge un conjunto heterogéneo en el que se encuadran el melón, la sandía, la fresa, el fresón, la frambuesa, las grosellas y en general todos los llamados frutos del bosque. Su característica común es que se producen en plantas de bajo porte, a veces rastreras, y por eso su producción tiene cierta similitud con la de las hortalizas.

El **melón** tiene su origen en África y desde allí se difunde por Europa y Asia primero, y después por el resto del mundo. Su época de producción es muy larga y además se ha prolongado últimamente con los cultivos en invernadero o bajo plástico. Los primeros, producidos en España, aparecen en el mercado a finales del invierno, son muy aromáticos aunque poco sabrosos y su consumo ideal es al iniciar las comidas o en los desayunos. Cantaloup, charentais y ogén, y aunque con características un tanto particulares se puede encuadrar en este grupo al amarillo liso canario, son los más conocidos. El melón de verano o reticulado también se conoce como “escrito” o “mochuelo” por las características de su piel. A este grupo pertenece el melón de Villaconejos, variedad que en España se produce en diversas regiones durante el verano y en invierno se cultiva, con frecuencia por españoles, en el hemisferio sur americano y sobre todo en Brasil. En octubre aparecen en el mercado los llamados de invierno entre los que destacan las variedades tendral o de Elche y el negro gigante de Villaconejos, que por su gran tamaño, excesivamente grande, está en recesión, pero que con frecuencia ocupa un surco en las explotaciones, con destino exclusivo al consumo del cultivador.

La **sandía** procede de Egipto y su aprecio fue muy alto por los primeros cultivadores que se establecieron en las orillas del Nilo. Cuando los israelitas fueron expulsados de este país añoraron las sandías, que se habían acostumbrado a consumir. Es una fruta típica de verano y muy valorada por su poder refrescante, que se produce sobre todo en Andalucía y la Comunidad Valenciana. La aparición de variedades apirenas (sin pepitas) y el buen precio al que sale al mercado, han hecho que su consumo aumente.

La **fresa** es de origen europeo y, en su forma salvaje, se puede encontrar espontánea en las laderas de los montes norteros. Su sabor

El plátano procede de Indochina. Desde allí pasó a la India, en donde lo descubrieron las tropas de Alejandro Magno que lo trajeron a Europa, pero por las exigencias climáticas no encontró condiciones apropiadas, excepto en las islas ibéricas más occidentales, es decir Canarias, Madeira y Azores.

es intensísimo y su aroma maravilloso y estas características, aunque aminoradas, siguen estando presentes cuando se cultivan, aunque esta práctica es cada vez menos frecuente, porque su difícil mecanización hace que su producción sea muy pequeña. Aranjuez fue un punto de difusión de esta fruta, que se cultivó cuando los reyes localizaron en esta ciudad su residencia de verano. En este mismo lugar se adaptó una fruta similar, que llegó de América, hace poco tiempo relativamente, que se conoce como **fresón**. Casi el 90% del producido en España es en la provincia de Huelva y la exportación creciente, que comienza en enero se prolonga hasta la entrada del verano. Los frutos son cada vez mayores, más sabrosos y jugosos y aunque sus propiedades gustativas están lejanas a las de las fresas, es una fruta cada vez más apreciada.

No ha tenido demasiada importancia la **frambuesa** en la fruticultura española, pero se empieza a apreciar una cierta demanda, que se ha producido por la mejora de la calidad y la homogeneidad del producto. Es una fruta de verano que se produce en pequeñas cantidades en diferentes regiones, pero personalmente me parecen sensoriales las obtenidas en la Alpujarra granadina. Se están empezando a cultivar con destino al mercado **moras, grosellas, arándanos** y otras **frutas del bosque**, pero su importancia sigue siendo limitada y su comercialización restringida, en locales comerciales muy especializados.

FRUTAS CARNOSAS

Es un grupo mal delimitado y en el que con frecuencia se incorporan algunas frutas de difícil clasificación, pero hay algunas que son fijas como el plátano y el higo a los que nosotros vamos a añadir la granada, el kiwi y los kakis.

El **plátano** procede de Indochina. Desde allí pasó a la India, en donde lo descubrieron las tropas de Alejandro Magno que lo trajeron a Europa, pero por las exigencias climáticas no encontró condiciones apropiadas, excepto en las islas ibéricas más occidentales, es decir Canarias, Madeira y Azores. Desde allí saltó a América y en el centro y en el sur de este continente se adaptó perfectamente, hasta el punto de haber sido la base de la economía de algunos países y seguir siendo una importante materia prima, en la cocina y en la economía.

Hay grandes diferencias en cuanto a cualidades organolépticas, tamaño y utilización, pero en lo que respecta a nuestros gustos el plátano canario es excepcional, aunque menos espectacular en su forma y tamaño que algunas variedades centroamericanas. El nombre

científico (*Musa paradisiaca*) y sobre todo el apellido es indicativo de la calidad de esta fruta. Es necesario recolectarlo en verde (es una fruta climatérica) para que llegue en condiciones idóneas a los mercados de la península y del resto de Europa. La variedad cultivada en España, en Canarias en concreto, es la denominada pequeña enana y sin duda es la más sabrosa y mejor de todas las producidas. Tiene indicación geográfica protegida.

También el **higo** procede de Asia y su cultivo se difundió pronto por toda la cuenca mediterránea, porque siempre se le apreció la particularidad de conservarse muy bien por deshidratación, que en algunas variedades se produce en el árbol, antes de que se recolecte y en otras se somete a desecación, por soleado o utilizando corrientes de aire seco. Cuenta la historia (o mejor la leyenda) que Rómulo y Remo fueron alimentados por la loba que encontró el refugio ideal debajo de una higuera. La maduración debe producirse enteramente en el árbol, porque cuando la recolección se hace antes de tiempo no llega a madurar. La zona de producción es España es muy dispersa, porque se cultiva en todas las regiones y entre las variedades mejor valoradas están la fraga, burjasot y cuello de dama. Algunas higueras tienen la particularidad de tener dos floraciones, son las brevas, que en primavera producen las **brevas** y en una floración posterior los higos, que maduran en verano.

El **granado** es un árbol emblemático y su fruta mucho más ya que con frecuencia da nombre a poblaciones y está representada en escudos y banderas de distante situación geográfica. El fruto que fue ensalzado por el profeta Mahoma que dijo a su pueblo *“come granada porque su zumo purgará tus humores de la envidia y del odio”* es apreciado sobre todo en los países árabes y, quizás

por ello, no tanto en España, en donde se utilizó más que como fruta en la obtención de bebidas, fermentadas o en forma de jaraabe. Actualmente la alta cocina la está empleando en la elaboración de platos creativos, en los que este fruto además de sabor aporta unas interesantes notas cromáticas.

El **kiwi** es una fruta de implantación moderna en España y prácticamente en todo el mundo porque aunque de origen chino ha sido Nueva Zelanda la que la ha difundido hace menos de un siglo. No es una fruta ni muy aromática ni muy sabrosa y sin embargo su difusión ha sido vertiginosa debido a ser muy bien publicitada, por su eficacia contra el estreñimiento, su contenido en vitamina C y su color que es verde intenso, casi exclusivo, lo que propicia su introducción en macedonias y en repostería. La producción española se centra en la Cornisa Cantábrica, especialmente en Galicia, pero somos claramente deficitarios, por lo que estamos obligados a importar casi el ochenta por ciento de nuestro consumo. Últimamente ha aparecido en el mercado un kiwi de color amarillo, más dulce comercializado como “gold”, que tiene la propiedad de que el azúcar de su composición es la fructosa y por eso su dulzor es superior, pero la demanda no está respondiendo a las expectativas que se pensaron que tendría esta variedad.

El palo santo, loto del Japón o **kaki** es un árbol que produce frutos de muy diferente textura, porque algunas veces su pulpa es firme, formando gajos, en otras es áspera, excesivamente tánica e imposible de comer y en otras, que han sido las más apreciadas hasta ahora, cuando alcanzan la madurez son de una textura casi líquida, como una mermelada, que exige que se consuma ayudándose con una cucharilla. Los kakis de la ribera del Segura (Xuquer) tienen estas características, que los ha hecho acreedores de una denominación de origen, pero no hace mucho se han perfeccionado algunas variedades de pulpa firme, que con el nombre de sharon o sharoni, se producen sobre todo en la provincia de Huelva y está teniendo muy buena aceptación.

FRUTAS TROPICALES

Este grupo es un “cajón de sastre” en el que incluimos las plantas de origen tropical, o mejor subtropical, que se han adaptado en su cultivo a alguna región española y sobre todo a Canarias y a la Costa Tropical, nombre con el que se conoce a las zonas marítimas de las provincias de Granada y Málaga, en donde se cultivan diversas frutas, como aguacate, chirimoya y mango sobre todo y en pequeñas cantidades otras como la guayaba, papaya, litchi, kivano, carambola, etc.

Se ha cuestionado que el **aguacate** sea clasificado como fruta y realmente le falta dos de las cualidades fundamentales, que tienen todas las que hemos examinado hasta ahora. Son el dulzor y la acidez y además su consumo no es como postre, porque preferentemente forma parte de platos salados. Tam-

bién se diferencia por el alto contenido en grasa, que ha hecho que se le conozca como “la mantequilla vegetal”, pero la realidad es que a todos los efectos es considerado como una fruta.

Aunque llegó a España poco después del descubrimiento de América su cultivo es bastante reciente, porque su utilización principal fue como árbol ornamental y el consumo de sus frutos ocasional, siempre en las proximidades del punto de producción. Lo que pasa es que casi esto mismo sucedía en su región de origen, en Centroamérica. Se cuenta que el aguacate se hizo popular cuando una gran empresa frutera, creó una leyenda en torno suyo, que consistió en atribuirle un valor afrodisíaco, afirmando que el significado ahucalt, que es como se le denomina en algún idioma precolombino, se corresponde con testículo, lo que podría ser cierto por su forma, pero no hay ningún documento que lo pruebe. Lo difundieron a través de una importante cadena de hoteles, a los que durante una temporada se lo ofrecieron gratis, con la única condición de que debería estar presente en el plato más caro de la carta de los restaurantes y además hicieron una excelente propaganda. De esta forma, en poco tiempo, el aguacate pasó a ser muy conocido y apreciado, tanto en América como en Europa. Por eso, y puesto que ya estaba aclimatado en Canarias y en la Costa Tropical, España se convirtió

Tenemos la ventaja de disponer de muchas frutas frescas, variadas y además durante todo el año. Estas circunstancias hacen que nuestro consumo de fruta sea relativamente elevado, en comparación con otros países europeos, lo que se corresponde con nuestro patrón mediterráneo de dieta

COFRUMA



COFRUMA – Comercial Frutera Malagueña
Mercamálaga – Módulos del 135 al 139 – 29196 Málaga
Teléfono : 952 179 057 www.cofruma.com - cofruma@cofruma.com

en el primer país europeo productor de aguacates. Está en el mercado durante todo el año porque las diferentes variedades (hass, fuerte y bacon) cubren todo el calendario.

La **chirimoya** es el otro gran producto tropical, pero las circunstancias que rodean a su cultivo difieren bastante de las del aguacate. En primer lugar su producción está limitada a los meses de invierno y, además, la dificultad de su comercialización reside en la escasa capacidad que tiene esta fruta para mantenerse comestible. Es un producto muy perecedero, por lo que el envío a largas distancias y por lo tanto la exportación, está muy limitada.

Se dice de la chirimoya que “no aguanta la nieve pero le gusta verla”, lo que sucede en su región de origen (Ecuador, Bolivia, Perú, Chile) porque se cultiva a considerable altura, a la vista, aunque suficientemente alejada de las cumbres andinas, cubiertas permanentemente de nieve. En España se cultiva a nivel del mar, pero la proximidad de Sierra Nevada permite que desde sus zonas de cultivo se vea perfectamente el Veleta. La buena selección de variedades y el cuidado cultivo hacen que la calidad de chirimoya española sea excelente, porque es muy dulce y porque tiene muy pocas pepitas. Las principales variedades son fina de Jete y campá. Tiene denominación de origen protegida.

El **mango** es de origen asiático y su cultivo en la India está muy arraigado. En el siglo XVI los portugueses lo llevaron a Brasil y se extendió por toda la zona cálida americana. A mediados del pasado siglo llegó a la Costa Tropical, pero no fue hasta hace unos veinte años cuando su cultivo se empezó a hacer rentable, por la utilización de mejores técnicas agronómicas y por la adaptación de nuevas variedades, que además cada vez tiene más carne y menos hueso. Las variedades más utilizadas son la osteen, la tommy Atkins, la kent y la palme roja. La denominada “manga” no es más que variedades de esta fruta, que se denominan así cuando el hueso es poco voluminoso y escasamente fibroso.

Además de los **dátiles** de los que hay gran variedad y de mucha calidad en la provincia de Alicante, con un mercado local muy desarrollado en Elche, hay bastantes más frutas subtropicales, algunas en

expansión, aunque limitada, como la **fejjoa**, la **guayaba**, la **papaya** que en la Costa Tropical difícilmente llega a madurar bien por falta de temperatura, **litchis**, **kivano**, **babaco**, **carambola**, y algunas que se cultivan en climas más fríos como las **serbas**, las **endrinas** o las **acerolas**. Además nos llegan algunas otras especies de importación, aunque nunca en grandes cantidades como los **cocos**, la **piña tropical**, **physalis**, las bayas de **goji**, etc.

LAS FRUTAS EN ALIMENTACIÓN ESPAÑOLA

Tenemos la ventaja de disponer de muchas frutas frescas, variadas y además durante todo el año. Estas circunstancias hacen que nuestro consumo de fruta sea relativamente elevado, en comparación con otros países europeos, lo que se corresponde con nuestro patrón mediterráneo de dieta. Nuestro consumo, bastante establecido, es de algo más de 100 kilos por habitante y año, lo que nos hace ser junto con Grecia los dos países más consumidores, que se distribuyen en unos 33 kilos de cítricos, unos 23 kilos de frutas de pepita, casi 15 kilos de melón y sandía y aproximadamente los mismos de fruta de hueso. El resto, unos 15 kilos son de frutas tropicales, uvas, fresas, fresón, etc.

El consumo de frutas es muy recomendable por su riqueza en minerales, vitaminas, fibra y antioxidantes, a los que cada día se les da más importancia en nutrición. Deben consumirse durante todas las edades y estados fisiológicos, aunque se deben reforzar durante la infancia y los embarazos.

Ayudan al correcto funcionamiento del aparato digestivo, hidratan al organismo rápidamente, son diuréticas, no aportan grasas, por lo que son hipocalóricas y muy especialmente en regímenes de adelgazamiento, porque a ello se une el efecto saciante que tienen. Por todos estos motivos es muy recomendable que cada día consumamos entre tres y cuatro piezas de fruta, con la ventaja de que si nos pasamos, en esta recomendación, nuestro organismo nos lo agradecerá. ■