

y subtropicales. Las variedades se diferencian, comercialmente, sobre todo por el color de su pulpa, con demanda superior de los rosas o rojos, que deben su tonalidad a la presencia de licopeno, de acción positiva frente a algunos tipos de cáncer. Su leyenda en cuanto a efectos dietéticos y sus beneficios en regímenes de control de peso son exagerados, pero a su favor tiene que es una fruta muy sabrosa en la que la conjunción de los sabores ácidos, dulces y amargos la hacen muy interesante. Se consume directamente, en ensaladas, en repostería o como ingrediente de algunas salsas.

También la **lima** es conocida desde hace muchos años, pero como el pomelo prefiere climas cálidos, por lo que la producción española es limitada, aunque su demanda es creciente por lo bien que va en combinaciones frutales, por ser ingrediente fundamen-

tal en la elaboración de ceviches, especialmente en los de langostinos o de corvina, y por dar unas notas sápidas especiales al gin-tonic.

También es ya casi clásico el **kumquat** o quinoto, que fue introducido en España en el siglo XIX aunque con poco éxito, que sin embargo ha recuperado en los últimos años, por lo aromático que es y por la amplia gama de sabores que tiene, tanto la pulpa como la piel, que también es comestible. En España se utiliza como fruta fresca y para la elaboración de mermeladas, pero la cocina oriental lo incorpora en muy variados alimentos como encurtidos, en salmuera y vinagre o desecado, que una vez rehidratado se consume en sus países de origen como medicina, por sus efectos estimulantes del apetito y para combatir afecciones de garganta y de las vías respiratorias altas.

LOS "NUEVOS CÍTRICOS"

La cocina de fusión ha acercado algunas variedades de cítricos de consumo relativamente amplio en algunos países orientales y emergentes y todavía de uso ocasional en la cocina española. Quizás el más conocido es el **yuzu** por haberlo utilizado Ferrán Adriá en alguna de sus recetas. Se hacen mermeladas y dulces, con la pimienta verde se hace una salsa picante y la cáscara en infusión resulta muy aromática. El **ka-bosu** es un cítrico verde muy aromático que se emplea en elaboraciones en las que puede entrar el vinagre, sobre todo en el sashimi y platos de pescado, con la particularidad de que sus aromas se potencian cuando se calienta. El **su-dachi** es como un limón pequeño, que acompaña, cortado en finas rebanadas, a pescados y algunos platos típicos de la cocina japonesa y es ingrediente de algunas bebidas alcohólicas. ■

Los originales de los carteles que ilustran este artículo forman parte de la colección de más de 5.000 ejemplares de Carlos Velasco, profesor de Economía en la UNED. Para contactar: www.vecamago.es

Monte-Aguares

Pera para todos los gustos.

En la comarca del Somontano, en tierras de la ribera del Cinca y a las puertas del Pirineo, cultivamos pera de altura.

Somos especialistas con producción propia en pera del Somontano, pera con gusto.

Pera **Monte-Aguares**, del Somontano con gusto.

Ercolina

Conferencia

Blanquilla

Monte-Aguares es una marca de Prats Fruits

Oficina y ventas en Mercabarna (08040 Barcelona). Pabellón F, 6046-6050
Tel. +34 935 562 647. Fax: +34 935 562 646. comercial@pratsfruits.com

www.pratsfruits.com

prats
sumamos contigo