



JUDÍA VERDE (*Phaseolus vulgaris*. Familia: Leguminosas)

► VARIEDADES EN PROCESO DE DESAPARICIÓN

Variedades con poca producción y nulo interés comercial, aunque sin grandes novedades en los últimos años.

► NUEVAS VARIEDADES

Eldas y Peronas, por citar algunas, si bien su presencia en el mercado es dilatada y se remonta a unas diez campañas aproximadamente.

► PERÍODO DE CONSERVACIÓN DEL PRODUCTO EN LOS MERCADOS MAYORISTAS DE LA RED DE MERCAS

La permanencia del producto en las Mercas es de tres días, en cámara a 4/8º C.

► OFERTA DE IMPORTACIÓN

Actualmente, un alto porcentaje procede de Marruecos, estando presente en el mercado español prácticamente entre nueve y once meses al año.



Principales zonas de producción



¿Qué variedades son más apreciadas y por qué?

Básicamente, las judías verdes se dividen en redondas o aplanadas, sí bien con una clara superioridad de oferta en el caso de las últimas donde, por este orden, Eldas y Peronas absorben gran parte del mercado. Predomina el color verde de los frutos, en tonos más o menos claros y brillantes, de paladar suave que, a veces, presenta ciertos matices dulces.

Perona*

- Vainas aplanadas.
- Muy ancha y larga.
- Tierna y sin hebras.
- Buena cocción, buen transporte pero delicada conservación, porque, como todas las judías, tiende a secar o perder agua con rapidez.

Elda*

- Vainas aplanadas y de muy buena producción.
- Ancha, aplanada y de menos longitud que la Perona.
- Tierna y sin hebras.
- Cuece bien, buen transporte y delicada conservación.

Boby o Bobby

- Vainas tubulares (cilíndricas).
- Menos tamaño que las anteriores.
- Gruesa y carnosa.
- Otra variedad de características similares y vainas cilíndricas es la Emerite. Buen transporte y delicada conservación.

Rastrera o Herradura

- Vaina aplanada y semicurvada en herradura.
- Tamaño irregular, superfina, recuerda a la judía antigua o tradicional.
- Muy tierna puede presentar hebras.
- Presencia testimonial en el mercado para fresco, es especial para conserva. Buen transporte y, como todas, delicada conservación.

* A Eldas y, sobre todo, Peronas, cuando están poco granadas - sin granos o protuberancias, se les aplica comercialmente el término de "finas". Existe alguna otra variedad como la Garralaf de parecido aspecto a la Perona, aunque manchada en rojo y un tanto curva, pero cuya presencia en los canales cada vez es menor. También la Emerite.

**Calendario de comercialización.**

Variedades más representativas en la Red de Mercas. Porcentaje

	Judía verde fina	Judía verde Perona	Judía verde Elda	Judía verde Boby
Enero	10	30	55	5
Febrero	5	30	60	5
Marzo	5	25	70	
Abril	10	20	70	
Mayo	5	35	60	
Junio	5	35	60	
Julio	5	25	70	
Agosto		30	70	
Septiembre		30	70	
Octubre		30	65	5
Noviembre	5	30	60	5
Diciembre	5	25	65	5

La variedad Rastra o Herradura es testimonial en el mercado para fresco.

Ventas por variedades.

Porcentajes sobre total anual.

Datos de la Red de Mercas

Judía verde Elda	64
Judía verde Perona	29
Judía verde fina	5
Judía verde Boby	2

**Estacionalidad global de las ventas.**

Porcentaje sobre total del año



Nota: Estacionalidad de las ventas en base al movimiento de volúmenes de los cinco últimos años en la Red de Mercas.

Temporada o mejor época de consumo

Origen	Temporada
Producto nacional	Todo el año (Las mejores en otoño, invierno y primavera)
Producto importación	Todo el año

El cultivo en invernadero permite su consumo durante todo el año.

ASPECTOS NUTRICIONALES Y OTROS DATOS DE INTERÉS

Su ingesta, es ideal para dietas de adelgazamiento y diabéticos. Baja en calorías, no contiene apenas hidratos de carbono, y es rica en minerales como yodo, hierro, calcio, fósforo y potasio. También contiene magnesio presente en la clorofila responsable de su color verde. Baja en sodio y buena fuente de fibra, vitaminas C y B, folatos y betacarotenos. Es un eficaz antioxidante y ayuda a reforzar nuestros sistemas inmunológico y óseo. Aconsejable en el tratamiento de anemias, reumas, gota, etc, colabora a la disminución de los niveles de colesterol en sangre y los accidentes cardiovasculares. Favorece el tracto intestinal y es muy adecuada para embarazadas al prevenir la espina bífida en el feto. Muy digestiva y diurético natural.

Un producto muy recomendable en la

Formatos y categorías más usuales en venta mayorista**ANTERIORES**

Granel sin clasificar: Sacos de 20 kg (primero de esparto, después de plástico y con posterioridad de rafia).

ACTUALES

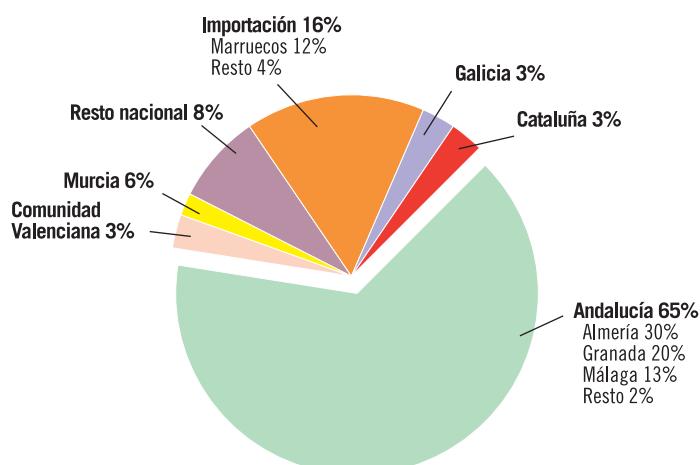
Ganeles	Categoría	Calibre (por anchura de vaina)	Envase y peso	Observaciones
Granel clasificado	Extra-I (finas)	Inferior a 9 mm	Madera y cartón (no retornables)	Cat. I. Buena calidad, forma, desarrollo y coloración apropiados a la variedad. Prácticamente libres de manchas o defectos de coloración, con granos poco desarrollados, turgentes, tiernas y de hebras cortas y poco resistentes.
	II (medianas)	Superior a 9 mm	Madera: 8/10 kg Cartón: 5kg	Cat. II, las que no pueden incluirse en la categoría anterior pero con las características mínimas definidas más arriba, aunque pudiendo presentar ligeros defectos superficiales.
Malla plástico (en central hortofrutícola por encargo del cliente)	II		500 g	

dieta diaria y que nos dará mucho juego en la cocina, así como a la hora de salvar imprevistos por sus múltiples posibilidades de almacenamiento, con distintos grados de preparación, en latas, botes, menestras, etc., incluido el producto precocinado denominado de "5ª gamma". En cuanto a las aplicaciones culinarias, se puede utilizar como ingre-

diente en rellenos de lasañas o canelones, en guarniciones de arroces, carnes y pescados, o en primer plato, cocidas, rehogadas o salteadas con jamón. Otras posibilidades son frías en ensalada o acompañadas con salsa de tomate o mahonesa. En cualquier caso, se recomienda cocinarlas siempre antes de consumir.



Procedencia de las judías verdes comercializadas en la Red de Mercas



Cuota de mercado de la Red de Mercas. Millones de kilos.

Total consumo nacional	118,1
Comercio mayorista en la Red de Mercas	65,3
Cuota de mercado	55,3%

Datos de 2006. El consumo incluye hogares y extradoméstico.

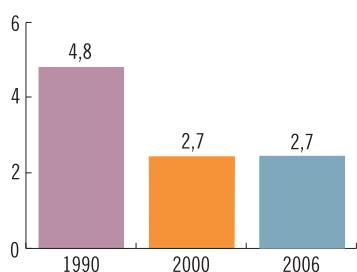
Fuente: MAPA y Mercasa.

Consumo de judías verdes por segmentos. Porcentaje sobre el total nacional

	Hogares	Hostelería y restauración	Instituciones
1990	94,7	4,0	1,3
2000	90,7	7,2	2,1
2006	90,0	8,7	1,3

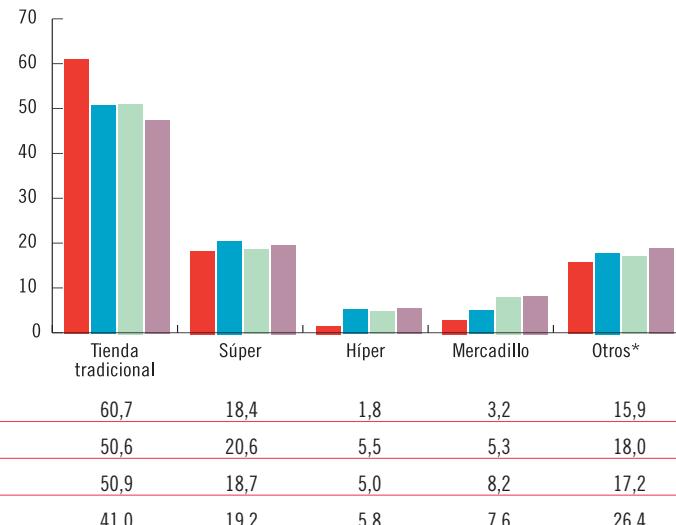
Datos de 2006. Fuente: MAPA.

Evolución del consumo de judías verdes por persona y año. Kilos



Fuente: MAPA.

Evolución de cuotas según formatos comerciales para consumo en hogares. Porcentajes

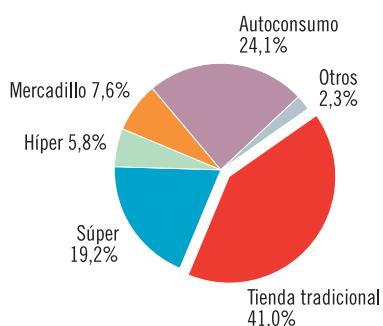


*Otros: Incluye autoconsumo, venta a domicilio, etcétera.

Fuente: MAPA.

¿Dónde compran judías verdes los hogares?

Cuota de mercado de los establecimientos



Fuente: MAPA.

RECOMENDACIONES PARA CONSERVACIÓN Y CONSUMO

Se puede conservar alrededor de una semana en la parte menos fría del frigo y en bolsa perforada. El lavado previo, pero sin secar, ayudará a mantener más tiempo su frescor. También se puede congelar previo escaldado, dejando enfriar y secar antes de proceder a su con-

gelación. A la hora de comprar y de comprobar su frescura, se han de elegir aquellas de semillas más prominentes, sin manchas y de colores vivos y brillantes pero, sobre todo, que partan bien y desprendan agua al realizar esta operación; tiernas. Si intentamos doblar la vaina hacia sus extremos y no parte, hay que dudar de su grado de frescura.