



## PEPINO (*Cucumis sativus*. Familia: Cucurbitáceas)

### ► VARIEDADES EN PROCESO DE DESAPARICIÓN

Ninguna.

### ► NUEVAS VARIEDADES

Ninguna, puesto que llevan en el mercado desde siempre.

### ► 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 6/8º C.

### ► RECOMENDACIONES PARA CONSERVACIÓN Y CONSUMO

Se recolectan y comercializan cuando aún no están maduros. En general, los de tamaño mediano, que presenten una consistencia firme y dura en su extremo, son los más apropiados para el consumo porque los más grandes tienen tendencia a presentar una carne más blanda, semillas duras y sabores amargos. Para que no repita, un truco es dejar restos verdes de piel al pelarlos y para que no amarguen rallarlos con un tenedor o dejarlos unos minutos en remojo de agua con sal.

En el frigorífico, enteros, se pueden mantener en buenas condiciones durante aproximadamente unos 10/15 días sin meter en bolsa de plástico, que tiende a acelerar su proceso de maduración, y alejados de alimentos que desprendan olores fuertes por su facilidad para captarlos, especialmente cuando ya están troceados. Una vez cortados hay que consumirlos rápidamente. En ningún caso admiten congelación.

### Principales zonas de producción



### ¿Qué variedades son más apreciadas y por qué?

Los más frecuentes en el mercado se distinguen comercialmente por cortos y largos o tipo holandés. La mayor parte de las variedades son de tipo híbrido por su alta productividad frente a las no híbridas. El fruto puede ser de forma variable con piel que torna del verde claro al oscuro (su mejor momento de consumo) y al amarillo cuando están totalmente maduros y no aptos para el consumo.

#### Pepino corto "tipo español"

- El más típico, fruto pequeño con unos 15/20 cm de longitud máxima y de diámetro más bien grueso.
- Piel verde, amarilla en las puntas, rayada longitudinalmente de amarillo o blanco y más o menos cubierta de pequeñas protuberancias espinosas.
- Carne o pulpa firme blanquecina, poco amarga y acuosa, con muchas semillas comestibles de forma oblonga y comprimida, repartidas a lo largo del fruto, color blanco amarillento.
- Se utilizan para consumo en fresco, pero los más pequeños, "pepinillos", normalmente entre unos 4 y 8 cm de largo, para encurtir. Pueden ser lisos o con verrugas (espinas) y más o menos estriados longitudinalmente. Buen transporte y conservación.

#### Pepino largo "tipo holandés"

- Variedad de fruto grande y recto, superior a los 25 cm de longitud.
- Piel lisa color verde y un tanto asurcada.
- Aunque menos grueso, la carne es de similares características al "tipo español" y también contiene semillas.
- Buen transporte y conservación.

Existe además el pepino medio largo (tipo francés) de similares características al "español", aunque de superior tamaño, entre los 20 y 25 cm, y de color verde más oscuro.

**Alpicoz:** otra variedad de las cucurbitáceas, típica de la zona levantina, que se caracteriza por sus frutos muy alargados, finos y algo retorcidos, de piel asurcada casi blanquecina y recorrida por bastantes espinas que dan sensación de capilaridad. Carne fina y suave paladar, exenta de sabor amargo, ideal para consumir en ensaladas, aunque también se puede encurtir en vinagre. Asimismo, se le conoce con el nombre de "pepino serpiente".



### Estacionalidad global de las ventas.

Porcentaje sobre total del año

Enero	5
Febrero	5
Marzo	6
Abril	8
Mayo	10
Junio	13
Julio	14
Agosto	11
Septiembre	9
Octubre	8
Noviembre	6
Diciembre	5

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

### Ventas por variedades.

Porcentajes sobre total anual.

Datos de la Red de Mercas

Pepino Corto	50
Pepino Largo (tipo holandés)	50

### ► OTROS DATOS DE INTERÉS

Su mayor componente es el agua, comer un pepino equivale a beberse un vaso de agua. Bajo en calorías y con una pequeña presencia de vitaminas B, C, E, así como de provitamina A (beta-caroteno) que se encuentra principalmente en la cáscara, por lo que se pierde de casi totalmente al pelarlo. Contiene oligoelementos y minerales donde destacan potasio, fósforo, magnesio o azufre. En fresco es depurativo, diurético y laxante, por lo que es indicado en dietas de adelgazamiento y del control de la glucemia. Su acción alcalinizante facilita la eliminación del ácido úrico y, además, es útil en la prevención de ciertas afecciones de la próstata. Tradicionalmente utilizado en cosmética por sus beneficios para cabello, uñas y piel, subrayando en este último caso sus buenas aportaciones en problemas de psoriasis. Al ser un depurativo sanguíneo, elimina toxinas y tiene un reflejo directo sobre la suavidad y belleza o rejuvenecimiento de la piel. Forma parte

### Formatos y categorías más usuales en venta mayorista

#### ANTERIORES

Granel sin clasificar, en cajas fruteras de madera de 15/20 kg.

#### ACTUALES

Graneles	Categoría	Calibre (excepto tipo corto)	Envase y peso	Manto	Observaciones
Granel colocado en filas o capas	Extra-I	Cultivo al aire libre: peso mínimo 180 g.	Cajas de cartón (envase no retornable) de 5 Kg	2 capas de producto	En Cat. extra deberán estar bien desarrollados, prácticamente rectos y con la coloración típica de la variedad y exentos de defectos. La Cat. I admite una ligera deformación, defectos de coloración y ligeros roces cicatrizados en la epidermis para las respectivas categorías.
Embandejado (en central hortofrutícola por encargo y responsabilidad del cliente).	Extra-I	Invernadero: peso mínimo 250 g y longitud mínima de 25 cm; para los de 500 g, o más, la longitud mínima es de 30 cm.	Poliuretano filmado de 300/500 g.	No	

### Calendario de comercialización.

Variiedades más representativas en la Red de Mercas. Porcentaje

	Pepino Corto	Pepino Largo (tipo holandés)
Enero	40	60
Febrero	30	70
Marzo	40	60
Abril	30	70
Mayo	30	70
Junio	60	40
Julio	50	50
Agosto	60	40
Septiembre	60	40
Octubre	60	40
Noviembre	70	30
Diciembre	50	50

de tratamientos hidratantes, refrescantes (aftersun), etc. El zumo de pepino combinado con miel es un remedio eficaz para enfermedades relacionadas con la garganta, afonía, anginas, etcétera.

Recomendable su consumo al natural, bien lavado y con poca sal y vinagre para facilitar su digestión, incluso con cáscara cuando está tierno para aprovechar al máximo todas sus propiedades.

Muy refrescante, en crudo se puede preparar en ensaladas, pipirranas, gazpachos, salmorejos y, también, como ingrediente de la salsa tártara o mezclando con yogurt. Como alternativa para aliñarlo se puede utilizar el limón y se recomienda masticarlo bien para que no resulte indigesto. Cocinado

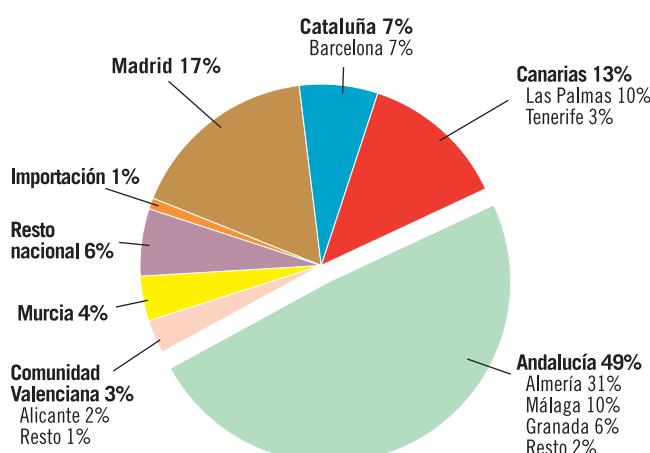
se pueden elaborar al horno, en sopas o junto con otras hortalizas y verduras. En vinagre y sal, "pepinillo", resulta un buen aperitivo y le da un toque especial a las ensaladas, aunque no conviene excederse en su consumo.

### ► PRODUCTOS DE IMPORTACIÓN

Irrelevante, prácticamente no se importa puesto que la producción nacional abastece suficientemente el mercado.



### Procedencia de los pepinos comercializados en la Red de Mercas



### Consumo de pepinos por segmentos

Porcentaje sobre el total nacional

	Hogares	Hostelería y restauración	Instituciones
2000	90,5	8,4	1,1
2006	87,5	11,4	1,0

Datos de 2006.

Fuente: MAPA.

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

Total consumo nacional *	97,1
Comercio mayorista en la Red de Mercas*	50,9
Cuota de mercado	52%

Datos de 2006. El consumo incluye hogares y extradoméstico.

Fuente: MAPA y MERCASA

### Temporada o mejor época de consumo

#### Origen Temporada

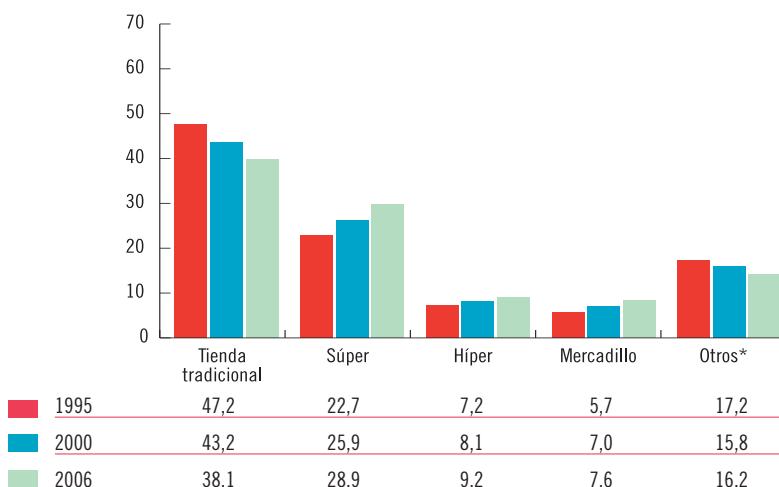
Producto nacional **Todo el año (aunque los mejores en verano)**  
Producto importación



Los invernaderos permiten el cultivo y su presencia en el mercado durante todo el año. Por lo general, suelen ser alargados y rectos, con piel fina y pocas semillas. El de caballón (más usual en cultivos a cielo abierto), color verde oscuro, contiene menos semillas que los anteriores, pero su piel es más dura y se deben de pelar antes de consumir.

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

Porcentajes

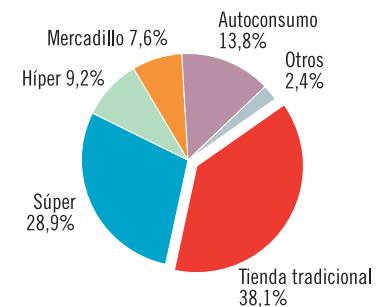


\*Otras: Incluye autoconsumo, venta a domicilio, etcétera.

Fuente: MAPA.

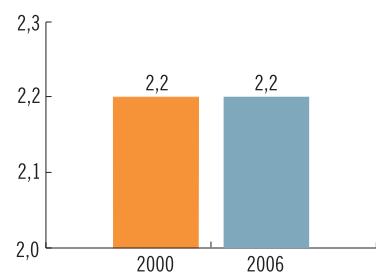
### ¿Dónde compran los pepinos los hogares?

Cuota de mercado de los establecimientos



Fuente: MAPA.

### Evolución del consumo de pepinos por persona y año. Kilos



Fuente: MAPA.