



PIMIENTO (*Capsicum annuum*. Familia: Solanáceas)

► VARIEDADES EN PROCESO DE DESAPARIÓN

Básicamente no se han operado grandes cambios en el tiempo, más bien se ha producido un reordenamiento del mercado con clasificaciones específicas y pasándose además de consumos prácticamente locales en épocas de producción a consumos anuales por las mejoras del transporte y la normalización de estructuras de producción y comercialización.

► NUEVAS VARIEDADES

Ninguna por lo anterior, si bien Lamuyo rojo y verde quizás puedan ser las de mayor auge en los últimos tiempo por el incremento de sus producciones.

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

La permanencia del producto en los Mercados es de tres días en cámara a 6/8º C.

► RECOMENDACIONES PARA CONSERVACIÓN Y CONSUMO

Se deben elegir duros, carnosos, muy firmes, color brillante y exentos de golpes o magulladuras. El tallo debe de estar verde y firme. Se aconseja conservar en frigorífico en la parte menos fría (son muy sensibles al frío) en bolsa de plástico perforada, así nos aguantarán con todas sus propiedades, por lo menos, alrededor de una semana. También se pueden congelar una vez pelados y asados, escaldando previamente durante breves minutos.

Principales zonas de producción



Formatos y categorías más usuales en venta mayorista

ANTERIORES

Granel sin clasificar, en cajas de madera de 12 kg.

ACTUALES

El calibrado viene determinado por el peso neto que no debe ser inferior a 350grs y es obligatorio para los que se presentan envasados. En este caso, además, la pella mayor no debe ser superior al doble de la pella menor contenida en el mismo envase.

Graneles	Categoría	Calibre x peso	Envase y peso	Manto	Observaciones
Granel clasificado	I	Mínimos Largos 30+ mm Cuadrados 40/50+ mm Aplastados 55+ mm	Caja plástico de 8 kg, en capas, alineados en posición horizontal	No	El producto de Cat. I debe ser de buena calidad, firme, desarrollo y coloración normales, según grado de madurez, y estar exentos de manchas.
Encajado en cartón (envase no retornable)	I	Más habituales para Lamuyo y California GGG 110/130 mm GG 90/110 mm G 70/90 mm M 50/70 mm	Caja de 4/6 kg	No	
Bolsa o malla		Este tipo de envasado lo realiza la central hortofrutícola bajo encargo y responsabilidad del cliente.			

Nota: Algunas variedades son susceptibles de ser envasadas en flowpack, incluso combinando distintos colores de pimientos de la misma variedad.

► OTROS DATOS DE INTERÉS

Bajo en calorías, gran contenido en agua, fibra y rico en vitamina C, especialmente los de color rojo. Buena fuente de carotenos (licopeno), betacarotenos, folatos, vitamina E y, en menor cantidad, B. Entre los minerales cabe destacar el potasio.

Por su alto contenido en fibra son buenos para el tracto intestinal, incluso en la prevención del cáncer de intestino grueso, de efecto laxante y muy recomendables en dietas de sobrepeso porque su ingesta produce sensación de saciedad. Asimismo, el resto de sus componentes nos aportan grandes beneficios para la



¿Qué variedades son más apreciadas y por qué?

Los hay rojos, verdes y amarillos, siendo los dos primeros los más comercializados. Los verdes de sabor más suave y los rojos con un gusto más marcado.

Pimiento Verde Italiano (el más comercializado)

- Fruto color verde brillante, muy largo y estrecho, tiende a vetejar en rojo cuando madura.
- Superficie lisa, irregular con dos/tres cascós o lóbulos poco marcados.
- Carne fina, de firmeza media y apreciado para freír. Otra variante sería el “verde cristal”.
- Buen transporte y conservación.

Pimiento Lamuyo (ascendencia francesa)

- Fruto de gran tamaño de forma casi rectangular y alargada, los hay verdes (inmaduros) y rojos cuando maduran, que es como más se comercializan.
- Superficie lisa, con tres/cuatro cascós o lóbulos, un poco asurcado, el rojo llega a adquirir un color casi púrpura en su madurez.
- Carne gruesa y sabor dulce y adecuados para consumir fritos, asados o crudos.
- Muy buen transporte y conservación. El Clovis es otra variedad del tipo Lamuyo, pero más precoz y con un fruto de menor tamaño, rojo oscuro en la madurez.

Pimiento California

- Fruto de forma cuadrada y uniforme, tamaño medio, color rojo brillante en su madurez.
- Superficie lisa y con tres/cuatro cascós o lóbulos.
- Carne gruesa y muy dulce, apto para crudo, asar, freír o rellenar.
- Muy buen transporte y conservación. También existe el de color amarillo, bastante empleado para encurtidos.

Pimiento de Padrón

- Se recolecta en estado joven, fruto de tamaño pequeño (2-3 cm), alargados y puntiagudos, de sección triangular o cónica.
- Ligeramente rugoso o asurcado, de piel delgada, con dos/tres cascós o lóbulos.
- Carne fina y dulce, pero que puede virar a sabor picante, sobre todo, cuando sobreponen determinado crecimiento. Fríe bien y, como dice el refrán: “los pimientos de padrón unos pican y otros no”.
- Como su nombre indica es originario de Padrón (Galicia), si bien su cultivo ya se ha hecho extensivo a otras zonas. Muy buen transporte y, conservación, se suele comercializar en bandejas de 250 g.

Pimiento del Pico o Piquillo (más pequeño)

- Fruto de forma triangular acabado en punta, de longitud corta y color rojo intenso.
- Casi liso y erguido con dos o tres caras.
- Corazón pequeño, mucha carne, textura y paladar delicados, con sabor suave característico picante o dulce.
- DO, originario de Lodosa y municipios del suroeste de Navarra, “el oro rojo de Navarra”, suele ser más utilizado para la elaboración de conservas de forma totalmente artesanal. Buen transporte y conservación.

Rojo Nájero

- Fruto de forma cónica y acabado ligeramente en pico, peso medio/alto, buena longitud pero no muy grueso, color entreverado, rojo intenso en su madurez.
- Algo rugoso con dos/tres caras.
- Carnoso de textura fina y sabor dulce, paladar agradable y fácil digestión.
- Autóctono de La Rioja, donde se cultiva casi en exclusividad en la comarca de Nájera y la localidad de Alfarro, está amparado por la indicación de zona geográfica protegida (IGP) tanto para fresco como para conserva, envasados en su propio jugo. Buen transporte y conservación.

Otras variedades

Morrón: fruto mediano/grande de forma redondeada, casi una bola, con mucho tallo, superficie lisa rojo brillante y sin manchas, muy carnosos, de sabor dulce y suave. Muy apreciado para conserva, aunque se puede consumir fresco, asado o desecado (ñoras). También existen otras tonalidades en verde, amarillo o multicolor. Producido en la zona de Levante y Murcia, en cuya gastronomía las ñoras están muy presentes.

Guernika (Gernikako Piperra): producido en el País Vasco, fruto pequeño, estrecho y alargado, color verde que sirve especialmente para freír. Amparado por el Eusko Label Kalitatea (Label Vasco de Calidad Alimentaria) al igual que las Guindillas de Ibarra (Ibarra Piparrak).

Amarillo (tipo California): fruto cuadrado, tamaño grande, cuatro cascós o lóbulos y de color amarillo pálido o brillante según variedades. Poco comercializado para fresco.

Guindillas: son otras variedades de pimiento picante de forma alargada, fina, estrecha y puntiaguda, las hay verde amarillento y rojas, estas últimas suelen ser bastante picantes y normalmente se desecan para comercializar (cayena).

Como curiosidad, apuntar el pimiento choricerio, otro desecado, que no conviene confundir con las ñoras, obtenido del tipo cristal riojano, muy habitual, como su nombre indica, en la elaboración de chacinas y en la cocina del tercio norte, donde se añade a distintos platos, como por ejemplo el bacalao a la vizcaína. Puede llegar a sustituir al pimentón.

Otras denominaciones de calidad diferenciada serían: en Castilla y León, las IGP “Pimiento Fresno de la Vega” y “Pimiento Asado del Bierzo” elaborado por el método tradicional, y en Murcia, la Marca de Garantía “Pimiento Campo de Cartagena”.



Calendario de comercialización.

Variedades más representativas en la Red de Mercas. Porcentaje

	Pimiento Verde Italiano	Pimiento Verde Padrón	Pimiento Rojo Lamuyo	Pimiento Rojo California	Pimiento Rojo Pico o Piquillo*	Pimiento Verde Cristal*	Pimiento Rojo Toledo	Pimiento Rojo Najerano*
Enero	60	5	20	15				
Febrero	65	5	20	10				
Marzo	75	5	20					
Abril	75	5	20					
Mayo	55	5	20		20			
Junio	40	5	30		20	5		
Julio	30	5		10	20	20	15	
Agosto	40	5		15	15	10	15	
Septiembre	35	5	10		25	20	5	
Octubre	50	5	35	10				
Noviembre	55	5	25	15				
Diciembre	55	5	20	20				

* Estas variedades son bastante locales y típicas de los mercados de la zona norte del país.

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.

salud, potente antioxidante, refuerzan nuestro sistema inmunológico, ayudan a la producción de glóbulos blancos y rojos, son buenos para huesos y dientes, la actividad muscular y el sistema nervioso. Por su riqueza en potasio y escasez en sodio son diuréticos y depurativos, por lo tanto muy beneficiosos en casos de hipertensión, gota, patologías renales y cardiovasculares, etc. También son muy apropiados, por su gran contenido en folatos, para niños en edad de crecimiento y embarazadas en lo que se interrelaciona con la prevención de espina bífida del feto. Ayudan a reducir la tasa de colesterol y el buen control de la glucemia en las personas que padecen diabetes.

En cuanto a su digestión, el dulce es más recomendable para las personas que tienen el estómago delicado o sensible, mientras que los picantes pueden resultar indigestos o irritantes para las mucosas, así como también poco indicados en el caso de personas propensas a diarreas. No obstante, algunas investigaciones apuntan a que el consumo de pimientos picantes o guindillas, en personas sin afecciones, favorece la

Ventas por variedades.

Porcentajes sobre total anual.

Datos de la Red de Mercas

Pimiento Verde Italiano	52
Pimiento Rojo Lamuyo	18
Pimiento Verde Cristal*	9
Pimiento Rojo California	5
Pimiento Verde Padrón	5
Pimiento Rojo Pico o Piquillo*	4
Pimiento Rojo Toledo	4
Pimiento Rojo Najerano*	3

* Estas variedades son bastante locales y típicas de los mercados de la zona norte del país.

protección del estómago. En general, cuando están fritos su digestión es difícil por la gran cantidad de aceite que absorben. En crudo, se debe cortar fino y masticar bien.

Los pimientos se pueden tomar fritos como aperitivo o como entrante. Para los más pequeños se pueden incluir en tortillas, pizzas, brochetas, arroces, etc., para hacérselos más atractivos. Crudos, en ensalada o gazpacho. Asimismo, for-

Temporada o mejor época de consumo

Origen Temporada

Producto nacional *Todo el año los mejores en otoño, invierno y primavera*
(Eventual si no hay nacional)

Producto importación *Los pimientos, especialmente el verde italiano, se prenden consumir todo el año por los cultivos en invernadero.*

mando parte de guarniciones, sofritos, pistos o salsas como el curry o el tabasco. También se pueden hacer asados, donde se les puede retirar la piel, o rellenos. Encurtidos es otra forma de presentación ideal para los aperitivos y en la cocina mexicana se utilizan los "jalapeños" para acompañar distintos platos, frijoles (enchiladas), burritos, fajitas, fritos o cocinados con carne.

En la industria transformadora se pueden encontrar en conserva o embotados en cristal, donde destaca sobre todo el "piquillo" envasado en su jugo, pelado a mano, asado a la brasa con carbón vegetal o leña y, a veces, con añadido de ajos. En desecado, las ñoras

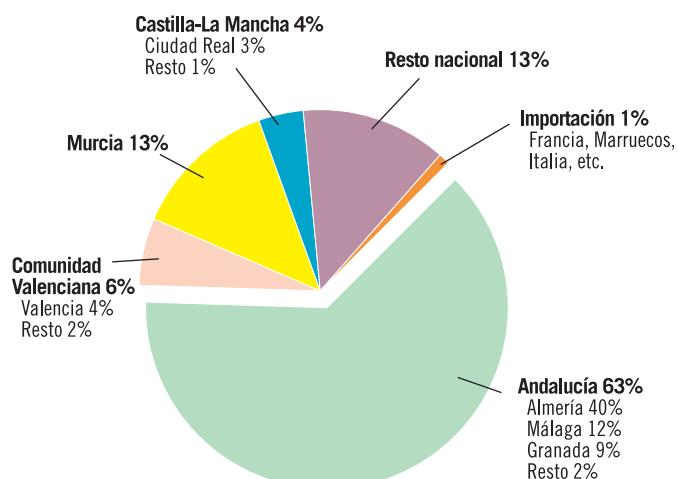
* Jalapeño: es una variedad de chile, de fruto carnoso y alargado de unos 7 cm. La "capsaicina", en menor proporción que en el chile rojo**, es la responsable de su sabor picante. Para evitar o reducir la picazón de su sabor, se recomienda retirar las semillas.

** Chile rojo o cayenna, tiene forma de pimiento pequeño que adquiere color rojo en el momento óptimo de maduración y consumo. Característico sabor picante por su contenido en "capsaicina" y a la que algunos estudios científicos realizados atribuyen propiedades anticancerígenas. El sabor picante se puede suavizar o mitigar con leche o con la ingesta de agua, es poco eficaz.





Procedencia de los pimientos comercializados en la Red de Mercas



realzan la calidad, el color y el aroma de muchos guisos.

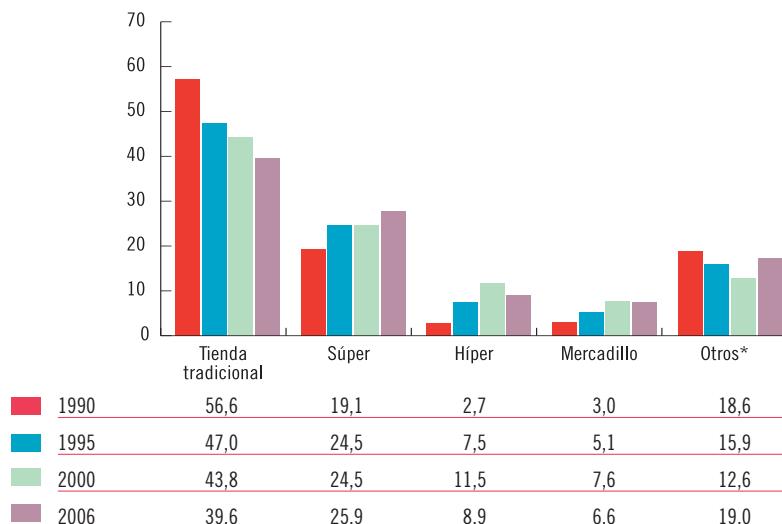
Por último, en nuestras cocinas encontramos el pimentón que se obtiene de pimientos rojos, maduros, sanos, limpios, secos, molidos y, a veces, ahumados. Destacan las DO, Pimentón de Murcia y pimentón de la Vera. Lo hay dulce, agridulce o picante y en otros países se conoce como "paprika". El de Murcia obtenido de

la bola murciana y el de la Vera del agridulce extremeño, ambos de muy buena calidad, pero de características bien diferenciadas.

► PRODUCTOS DE IMPORTACIÓN

Es un producto que no se importa salvo que falte producto nacional en los mercados. Cuando se lleva a efecto, se realiza principalmente de Francia, Italia o Marruecos.

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



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

Fuente: MAPA.

Consumo de pimientos por segmentos

Porcentaje sobre el total nacional

	Hogares	Hostelería y restauración	Instituciones
1990	89,2	8,3	2,5
2000	80,9	16,9	2,2
2006	79,1	18,3	2,6

Datos de 2006.

Fuente: MAPA.

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

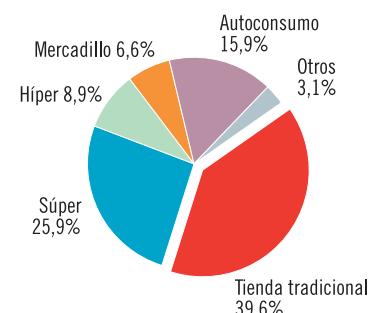
Total consumo nacional	242,6
Comercio mayorista en la Red de Mercas	165,5
Cuota de mercado	68%

Datos de 2006. El consumo incluye hogares y extradoméstico.

Fuente: MAPA y MERCASA.

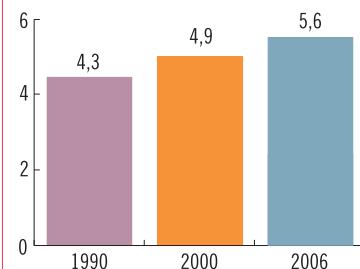
¿Dónde compran los pimientos los hogares?

Cuota de mercado de los establecimientos



Fuente: MAPA.

Evolución del consumo de pimientos por persona y año. Kilos



Fuente: MAPA.