

## **La opinión del especialista**

Para conocer un poco más el mundo de las alcachofas, hemos ido a visitar a Josep Martí Company, Mayorista del Mercado Central de Frutas y Hortalizas de Mercabarna.

### **¿Cuántos años hace que vende alcachofas en Mercabarna?**

Yo hace 17 años que vendo alcachofas en Mercabarna.

### **¿Cuándo es la mejor época para comprarlas?**

La mejor época para comprar alcachofas es en invierno, sobre todo desde enero a marzo.

### **¿Cuántas toneladas de alcachofas vende por temporada?**

Aquí vendemos, aproximadamente, 150 toneladas de alcachofas por año.

### **¿De dónde provienen las alcachofas que vendéis?**

Todas la alcachofas que vendemos vienen desde el Prat del Llobregat.

### **¿Cuál es la variedad que más le gusta a la gente?**

La que más le gusta a la gente es la variedad Tudela, que es la que encontramos durante el invierno, aunque también podemos encontrar alcachofas en verano pero es una alcachofa híbrida.

### **¿En qué debemos fijarnos a la hora de comprar alcachofas?**

Sobre todo debemos mirar que no tengan las puntas negras, ya que por dentro podrían estar también negras.

### **¿Nos podrías explicar alguna curiosidad de las alcachofas?**

Si, por ejemplo que las alcachofas que están cerradas les han dado más frío que a las que tienen las puntas abiertas, porque la alcachofa al ser una flor protege su interior del frío cerrándose.

### **¿Sabe qué beneficios tiene comer alcachofas?**

Es anti cancerígena, baja el colesterol y es muy versátil a la hora cocinarla.

El producto del mes



Enero: Alcachofa

**Y para acabar ¿cuál es su receta preferida con alcachofas?**

A mí, como más me gusta es a la brasa, pero si voy con prisa la hago al microondas con un poco de aceite y sal.

