

La opinión del especialista

En este mes ya hace calor y apetecen cosas frescas, por ésta razón nos vamos a hablar sobre la piña, que es una de las frutas más deliciosas y refrescantes que existen.

Nos acercamos a una parada de Mercabarna y hablamos con Manuel Pérez Delgado, que es Mayorista del Mercado Central de Frutas y Hortalizas.

¿Cuántos años hace que vende piñas en Mercabarna?

Yo llevo 29 años vendiendo en Mercabarna.

¿Cuándo es la mejor época para comprar piñas?

Al ser un producto tropical y por tanto de importación, tenemos piñas durante todo el año, porque el clima en las zonas de producción es cálido todo el año.

¿Cuántos kilos de piñas vende por año?

Por año podemos llegar a vender unos 200.000 kilos aproximadamente, solo en nuestra parada.

¿De dónde provienen las piñas que vendéis?

El 90% de las piñas de nuestra parada vienen desde Costa Rica, en la América central, aunque también tenemos algunas que llegan de Costa de Marfil, en África.

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

La variedad más común y la que más nos piden es la “Piña Gold”, que es especialmente dulce.

¿Sabe que beneficios tiene comer piñas?

Al estar compuesta mayormente por agua, es diurética y desintoxicante. También contiene mucha fibra, ácido fólico, magnesio, hierro, vitaminas como la C, B1, B6; y minerales como el calcio, sodio y potasio.

El producto del mes



Julio: Piña

¿En qué debemos fijarnos a la hora de comprar piñas?

Debemos tocarlas para comprobar que no estén blandas, mirar que no estén demasiado oscuras y que no se suelten las hojas con facilidad, porque eso significaría que está demasiado madura. Y si están muy duras, con hojas muy verdes que no se desprenden sin hacer mucha fuerza, significa que están demasiado verdes. Hay que buscar el punto medio.

¿Cuál es la mejor manera para conservar las piñas en perfectas condiciones?

Las piñas podemos conservarlas en la nevera a 7º de temperatura aproximadamente.

Y para acabar ¿cuál es su receta preferida con piñas?

La piña a la plancha con un poco de pimienta está muy buena.

