

Los tipos de Frutas y Hortalizas

Para una misma verdura según su tipo o variedad las formas, colores, textura y sabores son diferentes

La lechuga tipo iceberg, la romana, la trocadero o manecosa tienen hojas bien distintas. Sus diferencias alcanzan el mayor interés al preparar una ensalada y todas ellas tienen un comportamiento también diferente para guardarlas en la nevera. “Cuando digas lechugas, piensa en ensaladas” Fue un consejo de un amigo a un agricultor. El mensaje quería resaltar que los compradores de verduras de hoy tienen su propia cultura y conocen mejor los alimentos por las maneras de consumirlos que no por sus cualidades originales, las de su especie o variedad vegetal.

En la comida la gente quiere saber más y sobre todo de las preparaciones y creaciones de los cocineros. Son éstos, los cocineros, y las empresas modernas de hostelería, los nuevos creadores de opinión, de muchos de los hábitos alimentarios. Cocineros, cadenas de foodservice o la alta gastronomía, es decir la hostelería en su conjunto, conoce el valor de “saber conocer” los alimentos. En el caso de los productos naturales, en las frutas y como a continuación se muestra, también en las hortalizas, no es verdad que todos los productos sean iguales. Hay muchos valores en sus diferencias.

En esta IV edición de la II época de la GUÍA de las Frutas y Hortalizas, igual como en las anteriores, las empresas y organizaciones participantes resaltan las diferencias en sus marcas, las que se producen por los procesos de poscosecha y la preparación para la venta, de las características del origen e identificación en regiones de producción hortícola. Hay otras diferencias en estos alimentos que proceden del tipo de fruto en unos casos y, en otros, del conjunto de variedades que tienen características comunes aún tratándose de la misma especie vegetal. A continuación se muestran ejemplos de estas diferencias basadas en los tipos de fruto de especies relevantes.





- ▶ *Larga**
- ▶ *Alargada**

* Foto: Filo



- ▶ *Varietades tipo estriada y blanca*



- ▶ *Tipo redonda*

BERENJENA

Los frutos son bayas de 5 hasta 30 cm de longitud de formas esférica, oblonga o alargada en la mayoría de los casos, con una piel lisa, brillante y de colores diversos según la variedad, la más común es la de color morado al madurar, pero existen blanca, púrpura, con estrias blancas y moradas, negra, amarilla y roja o de colores mezclados, sobre todo blanco, morado y verde.

En el mercado prevalecen las berenjenas alargadas y otras más redondeadas. ¿Todas tienen el mismo sabor? Según los mejoradores de variedades que trabajan para los agricultores en las empresas de semillas, afirman que “de ninguna forma”, hay variedades más dulces y otras que son algo más amargas, por ejemplo.

La berenjena se toma cocinada, nunca cruda. Casi todos los países tienen



- ▶ *Los colores de las berenjenas*



un plato típico elaborado a partir de berenjena. Los españoles tienen la Xamfaina o la Escalivada o Espenecat donde la berenjena se acompaña del pimiento, los italianos tienen la Capotana, los griegos tienen la Mousaka, los turcos tienen el imam bayildi, etc. El plato más famoso que contiene berenjena es el Ratatouille.

Asada o salteada tiene sabor agradable, pero no así hervida. También se consume rellena. Si se va a preparar al vapor es recomendable cortarla en rodajas y provocar un fenómeno de ósmosis añadiendo sal. Así se intercambian líquidos de manera que los compuestos que le dan sabor amargo salen al exterior, pues el líquido huye de donde hay menos densidad hacia donde hay más, potenciándose además su sabor agradable que está determinado por sustancias no solubles.

CALABACÍN

El calabacín, zucchini, zapallito o zapallo italiano es una de las dos variedades de (Cucurbita pepo). En la actualidad es también cultivada extensamente en toda Europa como calabazas de verano.



► Unidad de venta con calabacín amarillo y verde



► De verdes hay oscuros y otros más claros, en la foto junto a un tipo amarillo



► Flores de calabacín. Una delicia gastronómica



► Tipos redondos

* Foto: Graines Voltz

Las grandes flores amarillas son muy apreciadas por la gastronomía de mayor valor.

Los frutos varían mucho en tamaño dependiendo de la variedad. La piel es lisa y dura y también varía en color.

Como todas las cucurbitáceas, C. pepo se hibrida con facilidad con otras especies afines; esa es una de las causas de la frecuente confusión entre las mismas, de las cuales existen multitud de variedades de diferentes colores y tamaños.

Hay calabacines que se comercializan como piezas de decoración.





► Hay tipos de calabacín con formas atrevidas. En unos casos se utilizan para decoración y centros florales y en otros, para celebrar Halloween



LECHUGAS

Ensaladas

Entre las variedades de lechuga destacan, Iceberg, romanas y trocadero.

Iceberg, de cogollos apretados y densos, semejantes a la col; carece casi por completo de sabor, pero tiene amplia aceptación y usos por su crujiente textura y la facilidad para cortarla finamente. Durante años ha sido el tipo de lechuga más habitual en Norteamérica. Las variedades de lechuga tipo Romana tienen el cogollo largo, con hojas lanceoladas, gruesas y crujientes. En España se señala a un tipo muy característica de invierno llamada oreja de mulo.

Las lechugas "trocadero", las más populares en Francia, tienen el cogollo redondo, hojas finas y textura mantecosa; son de un sabor delicado pero intenso. Las Batavia son similares y en cambio tienen el cogollo más suelto, hojas rizadas y de textura también mantecosa.

La llamada lechuga hoja de roble, de hojas rizadas y cogollo suelto, se distingue por el color morado de sus hojas, no es una variedad de *L. sativa* sino una especie aparte, *Chicorium intybus*. Las lechugas los consumidores cada vez las conocerán menos y en cambio en los huertos comerciales se innova sin parar con nuevas variedades con formas, colores atractivos y sabores más atrevidos. Los productores modernos de lechugas se organizan en fábricas de IV gama y ofrecen en los supermercados y fruterías los sobres de ensaladas. La IV gama, en ensaladas es uno de los mayores atractivos de la alimentación saludable, moderna y rápida.



► Romana

Foto: Ramiro Arnedo



► Los llamados Cogollos de Tudela, las Little Gem son lechugas tipo Romana "minis"

Foto: Ramiro Arnedo



► Iceberg

Foto: Rijk Zwaan



► Trocadero

Foto: Rijk Zwaan





► Hoja de roble, Lollo Rosa



► Una "salad box". Son cajas con un mix de unidades en tipos de lechugas enteras



► En ensaladas la creatividad es accesible a todos

SETAS

Las setas no se cultivan en huertos, sin embargo desde un punto de vista de comercio alimentario las setas comestibles pueden incluirse en el grupo de las hortalizas. Son ejemplos de setas comestibles el champiñón, el gurumelo, el níscolo, el gallipierno o la oronja (en Catalán Ou de Reig).



► Típicas presentaciones de setas listas para usar

COLES

Brassicas

Las coles junto con el brócoli y la coliflor, constituyen un grupo de hortalizas que pertenecen al género botánico Brassica. Son en general variedades de la especie Brassica oleracea por lo que más allá de las diferencias en su aspecto presentan numerosas características en común. La col china es una excepción, ya que corresponde a la especie Brassica pekinensis.

Mientras que del brócoli y la coliflor se utilizan sus inflorescencias inmaduras conocidas como pellas, el resto del grupo se cultiva para consumir las hojas y a veces el tallo. Las coles crecen algunas formando un cogollo con las hojas apretando la yema apical, en cuyo caso se conocen como repollos, o más abiertas utilizándose las hojas aisladas. Estas últimas llamadas coles de hojas, comprenden un amplio grupo de variedades cultivadas





► *Col de Bruselas*

Foto: Bejo



► *Tipo de Milán o Savoy*

Foto: Bejo



► *Col blanca*

desde la antigüedad para la preparación de sopas y como alimento de los animales de granja con el objeto de mejorar la calidad de su carne. Las Brassicas son en esencia hortalizas de invierno, pero gracias a la existencia de numerosos cultivares y a las diversas procedencias, pueden encontrarse disponibles durante todo el año.

En su composición nutricional hay características comunes aunque con particularidades destacables. Las Brassicas contienen un tipo de compuestos orgánicos conocidos como glucosinolatos. Estos son metabolitos secundarios que contienen azufre y nitrógeno cuyos derivados son

utilizados por las plantas como pesticidas naturales, a la vez que son los responsables del sabor amargo o ácido de esta especie y de valiosos efectos sobre la salud como su acción en la prevención del cáncer. Poseen además, un bajo contenido calórico.

Las hortalizas de este grupo pueden producir diferentes grados de flatulencia y de dificultad digestiva vinculados a su contenido en fibra y en compuestos azufrados, pero este efecto se atenúa cociéndolas con comino o hinojo. Las ventajas de su consumo superan con creces estos inconvenientes.

Se preparan al vapor, asadas, fritas, estofadas, hervidas o gratinadas y también





► *Alargadas o picudas*

Foto: Beijo



► *Col de hoja*

Foto: Sakata

en sopas y cocidos. Con alguna excepción, pueden además consumirse crudas en ensaladas.

Las variedades de *Brassica oleracea* de mayor interés comercial son: el brócoli, la coliflor, la col blanca o de Savoy, la col rizada o de Milán, la col morada o lombarda, la col de Bruselas y el colirrábano a las que se agrega la col china o *Brassica pekinensis*.

El brócoli o *Brassica oleracea* var. *italica*, se origina en alguna zona del noroeste de Europa. Presenta pellas color verde oscuro, azulado o morado según la variedad, más irregulares y abiertas que las de la coliflor. Se consumen cocidas al vapor, gratinadas e incluso crudas con salsas o quesos.

Su demanda aumenta constantemente debido a la divulgación no sólo de sus bondades como alimento sano y nutritivo, sino y sobre todo, de su importante acción preventiva respecto al cáncer, atribuible a su contenido en sulforafano derivado de los ya mencionados glucosinolatos. Es de agradable sabor y pobre en calorías. Tiene un alto contenido en fibra y es rico en minerales como potasio y calcio y en vitaminas A, C y E. Su consumo favorece además la salud cardiovascular y el buen funcionamiento del sistema nervioso.

La coliflor, *Brassica oleracea* var. *botrytis*, es un cultivo muy antiguo procedente de Asia. Procede botánicamente del brócoli del que se diferenció como variedad botánica. Se consume su cabeza o pella de gran tamaño, redondeada, de color blanco y más compacta que la del brócoli así como de mejor conservación. Es rica en fibra y potasio y pobre en sodio por lo que posee una acción diurética favorable en los casos de hipertensión. Se digiere más fácilmente que las otras coles.

Las coles repollo son hortalizas conocidas desde la antigüedad. Eran cultivadas por los egipcios y las consideraban plantas medicinales. Usualmente se las consume guisadas o cocidas, aunque también se utilizan crudas en ensaladas. Se emplean en la elaboración del chucrut fermentándolas en salmuera, proceso que permite conservar sus propiedades nutritivas y nutraceuticas y mejora su digestibilidad. Los repollos constituyen el grupo de coles más popular con un aporte calórico de 24 a 28 kcal cada 100 g de producto fresco.

La col blanca de nombre botánico *Brassica oleracea* var. *capitata alba*, es una col repollo de cabeza circular u oblonga con hojas muy apretadas. Las cabezas más compactas se consideran de mejor calidad pues sus hojas internas son entonces más blancas, tiernas y succulentas. Se cree que





► *Roja o tipo lombarda*

es originaria del Asia Menor.

La col de Milán o de Savoy denominada botánicamente *Brassica oleracea* var. *sabauda*, es originaria de la cuenca del Mediterráneo. Presenta hojas verdes de superficie rugosa por lo que también se la conoce como repollo crespo o de hoja rizada. Es ideal para platos de invierno. Además de vitamina C y fibra, contiene pro vitamina A, folato y fitoquímicos que favorecen el funcionamiento intestinal aliviando el estreñimiento y regenerando con rapidez la mucosa intestinal deteriorada. Su consumo protege las células de los radicales libres, y disminuye las concentraciones de colesterol y otros lípidos en la sangre.

La col lombarda o *Brassica oleracea* var. *capitata rubra*, procede de Europa meridional. Es un repollo muy apreciado de sabor ligeramente dulce, también llamado col roja o morada por el atractivo color de sus hojas. Se cultiva, prepara y consume de la misma manera que las otras coles. La principal diferencia es que contiene antocianinas responsables de su coloración que si bien se pierden durante la cocción, pueden mantenerse cuando se prepara en conserva.

Las hojas generalmente lisas se superponen apretadas entre sí, formando el repollo que puede ser achatado, cilíndrico, esférico u ovalado. Es frecuente que la lombarda cocida forme parte del tradicional menú navideño en países del hemisferio norte.

La col picuda o corazón de buey botánicamente *Brassica oleracea* var. *capitata*, se caracteriza por presentar una cabeza compacta terminada en punta, de



► *Pac Choi*



► *Col china*

Foto: Bejo

donde deriva su nombre común. Es de muy buen sabor y presenta las propiedades de las demás coles.

Las coles de Bruselas tal como las conocemos, son en realidad las yemas axilares de la planta *Brassica oleracea* var. *gemmifera*. Estas yemas crecen formando pequeños cogollos casi esféricos de hasta 4 cm de diámetro. Como lo indica su nombre son oriundas de Bélgica y derivan de las coles rizadas. Se consumen solamente cocidas. Las coles de Bruselas contienen el glucosinolato sinigrina, que previene el desarrollo de células precancerígenas.

El colirrábano *Brassica oleracea* var. *gongylodes*, originario del noreste de Europa, es una hortaliza de la familia de las coles cuyo consumo está poco extendido, concentrándose en el norte de Europa. La base del tallo crece engrosándose



por lo que recuerda al nabo en su forma y sabor. Puede ser de color blanco, verde o rojo y se utiliza cocido en la elaboración de sopas y ensaladas a las que proporciona un sabor picante. Las hojas se usan como las de otras coles pero no son el propósito de su cultivo. Se encuentra principalmente en los meses de otoño e invierno, aunque en los países nórdicos donde es muy apreciada, se produce y consume prácticamente durante todo el año.

La col china o *Brassica pekinensis*, es oriunda de China. Ha sido muy consumida en Asia desde la antigüedad pero se incorporó recientemente en las dietas occidentales. Los dos tipos más conocidos son el 'pe-tsai' de cogollo alargado similar a una lechuga y el 'pak-choi' de hojas más abiertas parecidas a las de la acelga. Es un producto frágil y exige una cuidadosa manipulación. Constituye una fuente importante de minerales, vitaminas y fibra. Se puede cultivar durante todo el año debido a la existencia de variedades diferentes por lo que se encuentra disponible en cualquier época. Su consumo favorece el funcionamiento del aparato digestivo y cardiovascular previniendo el estreñimiento y la hipertensión.

En la especie vegetal Brassicas están los tipos de coles, brócoli, coliflor y colirrábano. Ver índice temático de hortalizas.

FRESA

Las variedades cultivadas de fresas o frutillas, comercialmente son por lo general híbridos, en especial *Fragaria x ananassa*, que ha reemplazado casi universalmente a la especie silvestre, *Fragaria vesca*, por el superior tamaño de sus frutos.

La fresa es una fruta adecuada en regímenes dietéticos, dado que tiene escasa concentración de glúcidos. Se consumen solas o mezcladas con azúcar, azúcar y vino, azúcar y nata, en helados, mermeladas y también son muy apreciadas en repostería como dulces, pasteles, tartas, su color rojo vivo da un toque especial como adorno alimenticio. Con la fresa se hace una bebida alcohólica compuesta de aguardiente denominada licor de fresas.

En España se cultivan preferentemente fresas tempranas de febrero a mayo y popularmente les llaman fresón. En general son variedades californianas, de frutos grandes y buena resistencia al paladar. En verano, Francia y Alemania son también buenos productores de fresas de plantas que crecen en verano, y los frutos tienen un sabor muy delicado. En Norteamérica las fresas se consumen todo el año y proceden en su mayoría de California. En Europa también las fruterías tienen también fresas todo el año, pero en este caso, según las épocas del año los tipos de fruto son diferentes.



- ▶ Las variedades de fresa crean diferencias en cuanto al tamaño del fruto, las más grandes son de var procedentes de California, y hay otros tipos de fruto algo alargados y en otras ocasiones son var que se diferencian por su sabor

Foto: Planasa



SANDIA

La sandía, patilla, paitilla o melón de agua (*Citrullus lanatus*, sin. *Citrullus vulgaris*). El fruto más tradicional es una pepónide de enorme tamaño -el record entre las



frutas es una sandía de 79 kgs- y muy apreciada para comer en cualquier parte.

Hace unos años el fruto era siempre grande. La sandía es carnosa y jugosa, más del 90% de la sandía es agua, con numerosas semillas. La pulpa tiene el color rosado o rojo - por el antioxidante licopeno también presente en los tomates- generalmente de sabor dulce (más raramente amarilla y amarga) muy apreciada por ser refrescante y rica en agua y sales; importante para dietas de adelgazamiento por contener pocas calorías. Las semillas, ricas en vitamina E, se han utilizado en medicina popular, también se consumen tostadas como alimento y con ellas crudas se prepara en México un tipo de agua fresca. El color rojo característico de la patilla o sandía se debe a un antioxidante llamado licopeno

Ahora la sandía con mayor demanda "no tiene pepitas". En el mercado hay marcas comerciales que aseguran niveles de calidad muy diferentes a una sandía común. Los nuevos tipos permiten ofrecer tamaños "que caben en la nevera" de menos de 2 kilos y las hay con pulpa de color amarillo con las cuales preparar originales ensaladas de sandía y melón en color rojo, blanco y amarillo.



► Hay variedades de sandías sin semillas con distintas formas en su corteza y tamaños diferentes

► Tipos de sandía "sin pepitas" en rojo y amarillo

Foto: Nunhems





► Tipo piel de sapo

Foto: Nunhems



► De tipos "cantalupo" los hay con distintos aspectos y retículas en la corteza, y de carne más o menos anaranjada



MELÓN

La forma del fruto va desde esférica hasta elipsoidal. En los llamados melones plátano existen ondulaciones que los hacen parecer una calabaza. Su tamaño es dependiente de la variedad y de las condiciones de cultivo. De este modo, hay melones pequeños que pesan alrededor de 400 g y otros muy grandes que pueden pesar

20 kg o más. En las variedades más usadas, habitualmente los pesos fluctúan entre más de medio kilo y menos de cinco.

El color de la epidermis y de la pulpa es variable según el grupo. La epidermis puede ser blanca, gris, verdosa o amarilla y de textura lisa, rugosa o reticulada. La pulpa es aromática, con textura suave y diferentes colores: amarillo, verde, rosado



► A la izquierda melón Cantalupo americano de carne anaranjada, a la derecha el Honey Dew y en el centro el tipo Crenshaw



► Amarillo



► Tipos Cantalupo de carne amarilla

y tonos intermedios. En el centro hay cavidad que contiene muchas semillas recubiertas de una sustancia pegajosa.

Se distinguen varios tipos, con múltiples variedades dentro de cada tipo, que difieren en su aspecto, sus propiedades y su modo de cultivo. Los tipos más cultivados son los de melón charentais, cantalupo, cantalupo italiano, western shipper, eastern shipper, amarillo, piel de sapo, honey dew, tendral, ananas, galia, crenshaw y earl japonés.

En Inglaterra al melón amarillo le llaman "Money dew" porque es oloroso y dulce. En realidad Money Dew es un tipo y variedad de melón popular en América del Norte, es un melón de corteza casi blanca y una carne de un verde pálido.

Los melones más populares en España son de los tipos llamados "Piel de Sapo", "Pinyonet" y los "Tendral".

JUDÍA

La judía es el fruto inmaduro de *Phaseolus vulgaris* y otras especies del género *Phaseolus* es conocido en los países de lengua española con diversidad de nombres: ejotes (castellanización de una voz nahua usada en México y Centroamérica), chauchas (Argentina y Uruguay), judías verdes (España), alubias verdes (Castilla), bajocas (Levante español), vainas (norte de España), habichuelas tiernas, o simplemente, habichuelas (Andalucía y Canarias), porotos verdes (Chile) y vainitas (Ecuador, Perú y Venezuela). Son vainas aplanadas y alargadas, en cuyo interior se dispone un número de semillas variable según la especie. Aunque en el proceso de maduración las paredes de la vaina se endurecen mediante la formación de tejidos fibrosos, en su forma inmadura resultan comestibles y se consumen como verdura.

Los tipos más comunes tienen vainas redondas y carnosas y en otros casos es plana. Hay variedades que mantienen alguna mancha alargada de color rosado. En España a las variedades de vainas planas los fruteros las llaman tipos "peronas" una variedad con tradición tiene por nombre "garrafil oro". Las variedades de judía de vaina ancha, rectas y largas se las conoce como tipos Helda. Las judías de vainas redonda se las suele identificar por el nombre de la variedad que utiliza el cultivador. Las judías de vaina redonda tienen un proceso de mejora de su calidad por las características de demanda global en cuanto a sus modos de utilización como verdura tradicional del comercio en conserva y de los congelados.

- ▶ *Vainas anchas tipo "Perona"*
- ▶ *Vainas planas, amarillas o mantecosas*
- ▶ *Vainas rectas, redondas y ovaladas*





► En pimientos dulces, desde los largos y carnosos hasta los tipo mini, aparecen nuevas variedades algunas para "comer de un bocado".

PIMIENTOS

Existen muchos tipos y según los mismos sus usos culinarios son distintos. Las fotos elegidas en estas columnas son de una capítulo del libro Pimientos. Capítulo escrito por Jaime Urrios y Jorge Aguilar. En las fruterías principalmente hay los siguientes tipos.

Alargado de carne gruesa, llamados tipo Lamuyo, largo de Reus. Son carnosos de 4 a 8 mm de espesor. Dicen los expertos de cocina que son adecuados para asar, la hacer "la escalibada" catalana o "el esgarraet" de los valencianos.

Los tipos California, son pimientos de carne gruesa, cuadrados y cortos. Los hay de maduración desde el verde a rojo, amarillo, naranja y violeta.

Al pimiento dulce italiano, alargado y de carne fina, se le conoce de como "para freír" pero es suave y muy apreciado en ensaladas.

Hay pimientos que son picantes, están los del tipo Padrón -el nombre le viene por el pueblo gallego del mismo nombre- los Najeranos y el tipo mallorquín, los Anaheim, el verde grande "Búlgaro", los tipos medio largo de Asia, los Jwala, el Keriting, el tipo húngaro amarillo brillante y el guajillo.



► Tipo "dulce italiano"



► Cuadrados o tipo california



► Tipos picante



► Redondos rojos



► El tomate listo para usar en la cocina es una oferta plural de la industria alimentaria

TOMATES

El directivo José M^a Torres del grupo hortofrutícola español Anecoop hace una clasificación simple y moderna de la hortaliza más consumida en todo el mundo.

Redondos rojos

Verdes, acostillados. Son frutos que tienen el cuello verde y cuando maduran van pasando de este color hacia el rojo. A veces el cambio de color se produce pasando por una coloración sonrosada, en otros anaranjado y acaban en rojo. Los más conocidos son los tipos “marmade” de los que hay un gran número de variedades e identificaciones geográficas.

En ramillete. Estos ramilletes se cortan de la planta con el fruto maduro.

Tomates pera. En general se les llama “de conserva” porque antiguamente en las casas rurales y ahora en la industria alimentaria (fritos, salsas, enlatados de tomate pelado, etc) utilizan generalmente variedades que sus frutos tienen esta forma. Sin embargo hay tipos de frutos deliciosos y muy apreciados que tienen esta forma como el tipo italiano San Marzano

El cherry. Es un tomate para comer a todas horas, en cualquier sitio y para utilizarlo igual en ensaladas como en coccciones en cualquier lugar. Se ha introducido





► En la imagen están los tipo "Cherry", otros en forma de pera, el "beef tomato", los asurcados, los redondos y lisos que los llamaban tipo Canarias.



► Tomates acostillados para ensaladas

tipos diferentes de colores y formas en dátil, bombilla, etc.

La industria. Las conservas de tomate tienen grandes aplicaciones gastronómicas. La industria alimentaria actual consume también grandes cantidades de tomates en polvo y en las tiendas hay tomates enteros comercializados "en pasa" o secados.



Frutos cítricos



► *Clemnules*



► *Valencia*



► *Satsuma*



► *Sanguinelli*

CÍTRICOS

Satsuma

El fruto de buen tamaño, fácil de pelar, de color naranja asalmonado. La pulpa de color naranja intenso con gran cantidad de zumo de baja acidez. Sin semillas.

Lima Bears

El fruto pequeño de color amarillo verdoso. La pulpa muy jugosa, perfumada y ácida, también de color amarilla verdosa. Sin semillas. Se recolecta a partir de septiembre cuando la corteza todavía está verde.

Limón

El fruto ovalado de buen tamaño, con la corteza algo rugosa y gruesa de color amarillo. La pulpa con elevado contenido en zumo muy ácido. Con pocas semillas.

Clemenules

También se le conoce con los nombres de clementina de Nules y clementina Reina.

El fruto de buen tamaño de color naranja. Posee un adecuado contenido en zumo de alta calidad. La pulpa es tierna y fundente. Sin semillas.

Pomelo

El fruto es grande, globoso, achatado o piriformes. La corteza gruesa, de color amarillo o amarillo con tonalidades rojizas. La pulpa de color amarillo a rojizo brillante. Sin semillas o muy pocas. El zumo entre dulce, amargo y ácido.

Washington Navel

El fruto de tamaño grande, de color naranja intenso, con la corteza ligeramente rugosa, de forma redondeada o algo achatada. La pulpa tiene muy buenas condiciones organolépticas. Sin semillas.





► *Washington Navel*



► *Nova*



► *Limón Verna*



► *Lima*

Sanguinelli

El fruto de forma elipsoidal, de corteza fina y brillante, de color naranja con zonas sectoriales de color rojo muy intenso. La pulpa jugosa de color roja intensa. El zumo es de color rojo amoratado muy aromático y agradable. Con pocas semillas.

Valencia Late

El fruto de color naranja y de forma elipsoidal a esférica de tamaño medio a grande. La corteza delgada y lisa. La pulpa de color naranja, con alto contenido en zumo de aroma excelente y sabor ligeramente ácido. Prácticamente sin semillas.

Nova

El fruto de buen tamaño, de color naranja rojizo intenso muy atractivo. La corteza se separa con alguna dificultad por estar adherida a los gajos. La pulpa es tierna y fundente con elevado contenido en zumo de alta calidad. Sin semillas.



► *Pomelo*



Fruta dulce



► *Golden*



► *Pink Lady®*



► *Granny Smith*



► *Red Chief®*

MANZANA

Golden Delicious

Es la variedad más conocida por el consumidor, por su característico color amarillo y el sabor dulce.

Red Chief®

Se trata de una variedad del grupo 'Red Delicious' que destaca por su elevada coloración roja.

Mondial Gala®

Dentro del grupo Gala es uno de los clones más difundidos, aunque en la actualidad se dispone de variedades de mayor coloración. Todas destacan por el sabor dulce y aromático característico de este grupo.

Granny Smith

Variedad de referencia caracterizada por la coloración verde y el sabor acidulado.

Fuji

Variedad de recolección tardía de alta calidad gustativa, sabor dulce y textura jugosa y crujiente. En la foto variedad de color estriado Kiku®8.



► *Fuji Kiku®8*

Reineta Gris del Canada

Antigua variedad cultivada en la mayoría de zonas de España. La pulpa se caracteriza por ser ácida, consistente y de buena aptitud culinaria.

Pink Lady®

Ha sido la primera de las variedades lanzadas en bajo la fórmula de "club" en Europa. Su recolección es muy tardía y se caracteriza por la coloración rosa, la elevada firmeza y el sabor equilibrado (dulce/ácido).





► *Blanquilla*



► *Conference*



► *Ercolini*



► *Limonera*

PERA

Ercolini

Variedad de recolección estival que destaca por su pulpa jugosa y de buena calidad.

Limonera

Una de las variedades de pera más conocidas con pulpa consistente, ligeramente granulosa y forma típica de la variedad que al madurar adquiere un color amarillo.

Blanquilla

Es la variedad de verano más conocida y una de las de mayor consumo. La pulpa es fina, jugosa, dulce y de muy buena calidad gustativa.

Conference

Actualmente y junto con Blanquilla son las dos variedades más importantes en España. Se caracteriza por su color verde bronceado, típico de la variedad, y su buena calidad gustativa.



► *Williams*

Williams

Variedad con destino mixto industria conservera y consumo en fresco, con la pulpa aromática típica de la variedad.





► *Sweet Love*[®]



► *Ufo-3*



► *Big Top*[®]



► *Garaco*[®]

MELOCOTÓN Y NECTARINA

Rich Lady[®]

Varietal de melocotón de pulpa amarilla y sabor ligeramente acidulado. Al igual que otras nuevas variedades destaca por su alta coloración y la poca vellosidad de la epidermis.

Sweet Love[®]

Varietal de melocotón de carne blanca, sabor dulce y alta coloración de recolección a final de Julio.

Big Top[®]

Varietal de nectarina de carne amarilla y sabor dulce de recolección a principios de Julio y de alta coloración, de muy buena aceptación por el consumidor.

Garaco[®]

Varietal de carne blanca de recolección precoz, buena coloración y sabor equilibrado.

Ufo-3

Varietal de melocotón plano o "paraguayo" de pulpa blanca y sabor dulce.

Mesembrine[®]

Varietal de nectarina plana de carne amarilla y sabor dulce de recolección a mediados de Julio. Tanto la forma plana como la ausencia de vellosidad aportan una destacable comodidad de consumo.

Summersun[®]

Varietal de durazno o "pavia" de recolección precoz, de buena calidad gustativa y fruto con el típico color amarillo característico de la variedad.

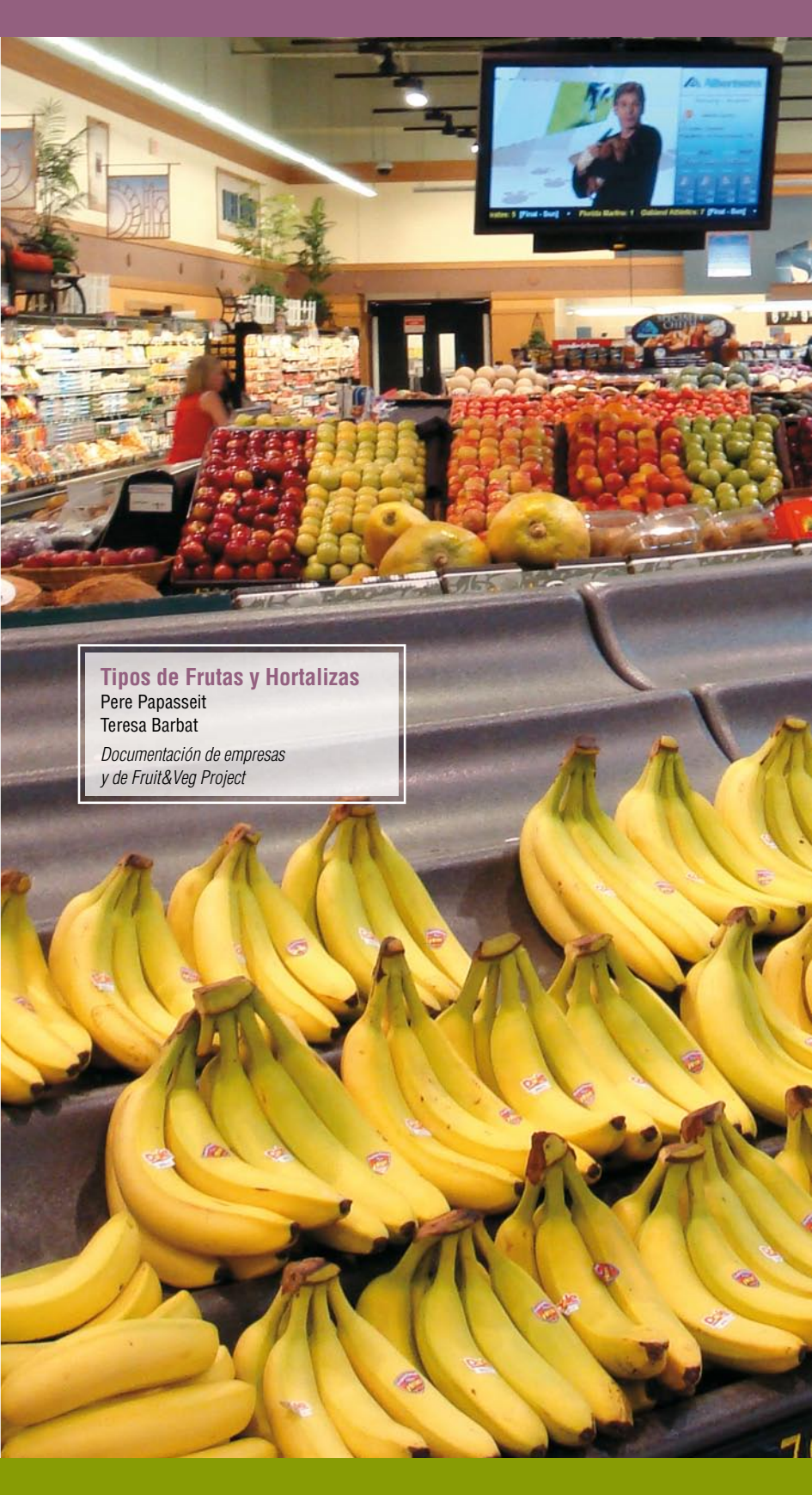
Informe de **Ignasi Iglesias**

Institut de Recerca i Tecnologies

Agroalimentaries (I.R.T.A.)

General de Catalunya





Tipos de Frutas y Hortalizas

Pere Papasseit

Teresa Barbat

*Documentación de empresas
y de Fruit&Veg Project*