



A PERA

Pera

A pera (*Pyrus communis*) é o froito carnosos con forma oval ou redondeada da pereira, árbore da familia das rosáceas. Os seus froitos, as peras, son de forma cónica, redonda ou globosa, e máis ou menos estilizados dependendo da variedade. A cor da pel que predomina é a verde, pero son numerosas as diversas tonalidades que se mesturan con este, como a amarela, a parda e, en ocasións, a avermellada. A polpa é case sempre branca e nalgúns casos lixeiramente amarelenta, de sabor doce –en maior ou menor grao segundo a variedade, e moi substanciosa. Dependendo da madurez da pera, esta ofrecerá diferentes características de sabor, dozura, acidez e suavidade ou aspereza. En escavacións arqueolóxicas atopáronse vestixios desta árbore que datan de 3000 anos a. C. En estado silvestre, achábase nas zonas mornas de Europa e Asia Central. Os responsables da difusión e mellora do seu cultivo foron os romanos, os que desenvolveron novas variedades deste froito mediante técnicas de enxerto. De feito, Plinio deixou testemuño escrito da súa importancia na antiga Roma, describindo 38 variedades de pera.

A pereira

É unha árbore caducifolia da familia das rosáceas, que pode alcanzar desde os 2 ata os 20 metros de altura, de tronco gris e codia agretada, e cuxo froito é a pera.





A PERA



Variedades

Son miles as variedades que se cultivan no mundo, pero as máis comúns cultivadas en España son:

- **Blanquilla:** : tamén chamada pera de auga. É unha variedade española con pel lisa, fina e verde, ás veces con manchas rosáceas avermelladas onde recibe os raios do sol. Polpa esbrancuxada, moi substanciosa, de sabor doce, fino e delicado. A esta variedade pertence a DOP Pera de Rincón de Soto.
- **Castell:** tamén denominada pera de san Xoán. Froito pequeno, de forma oval e pel de cor verde avermellada. A súa polpa é esbrancuxada e crocante. Teñen pouca presenza temporal no mercado (2 meses), aínda que o seu consumo é moi destacable.
- **Comice** (tamén decana do comicio ou de comicio): é de forma cónica, algo empenada no centro. A súa pel é de cor amarela verdosa, lisa e delicada. A carne é fina e substanciosa, dunha tonalidade amarela esbrancuxada.
- **Conferencia:** de cor verde e forma moi alongada cara ao pedúnculo, posúe unha pel lixeiramente rugosa. Cando está madura ten unha moi boa calidade gustativa, moi fina, doce e delicada.
- **Ercolina:** variedade moi apreciada no mercado español. Froitos de mediano tamaño, delicados ao madurar e exquisitos de sabor. A súa pel é fina, de cor verde amarelenta, forma cónica e polpa esbrancuxada. A esta variedade pertence a DOP Peras de Jumilla.
- **Limoneira:** con pel apincarada e grosa, de cor verde que amarelenta cando a froita está madura. Polpa esbrancuxada e granulada.
- **De Roma:** de tamaño mediano ou grande, forma irregular e achatada. Con pel lixeiramente rugosa, de coloración verdosa amarelenta e polpa branca amarelenta, moi substanciosa, doce e cun lixeiro gusto a moscatel.



A PERA



Estacionalidade

A pera común ou branca está de tempada todo o ano; a variedade Castell ou pera de san Xoán atoparala no seu mellor momento de consumo durante os meses de xuño e xullo; a de comicio nos meses de setembro ata abril; a ercolina desde xuño ata outubro e a limoeira de xullo ata setembro.



Propiedades nutricionais

- Rica en fibra.
- Contén flavonoides, compostos con carácter antioxidante.
- Minerais: iodo, magnesio e potasio.



Producción en España

España ocupa a cuarta posición mundial en canto á produción de pera, con aproximadamente 594.000 toneladas ao ano*. As comunidades autónomas que máis a producen son Cataluña, A Rioxa, Murcia e Extremadura. Ademais, España conta con dúas denominacións de calidade: a DOP Peras de Rincón de Soto e a DOP Pera de Jumilla.

* Datos de 2008.

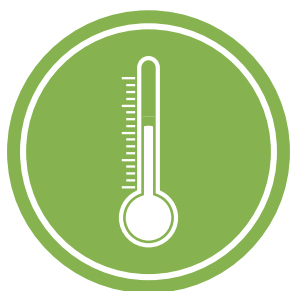


Como preparala e degustala?

A pera é unha das froitas máis saborosas e succulentas, sempre e cando se consuma no seu punto de sazón. Para aproveitar ao máximo as súas calidades nutritivas, débese consumir fresca. Tamén é un ingrediente moi apreciado para a elaboración de compotas, zumes e néctares etc.



A PERA



Como elixila e conservala?

As peras están maduras se ceden a unha leve presión co dedo. Para a súa conservación hai que liberalas de calquera bolsa ou envoltorio para que poidan respirar. Abonda con gardalas en lugares frescos, secos e protexidos da luz ou ben na parte menos fría da neveira –non máis de tres días– para atrasar a súa maduración.



¿Sabías que...?

- España ocupa a cuarta posición mundial en canto á produción de pera. As comunidades autónomas que máis producen esta froita son Cataluña, A Rioxa, Murcia e Estremadura.
- De momento en España temos dúas denominacións de orixe protexidas: Peras de Rincón de Soto (A Rioxa) e Pera de Jumilla (Murcia).
- Esta froita pertence á familia das rosáceas, que inclúe máis de 2000 especies de plantas herbáceas, arbustos e árbores distribuídas por rexións mornas de todo o mundo. As principais froitas europeas que pertencen a esta gran familia son mazá, néspereira, marmelo, ameixas, amorodos, amoras etc.