GASTRONOMÍA TRADICIONAL BAJO MARTÍN

PRODUCTO PRIMARIO

MELOCOTÓN

Variedades

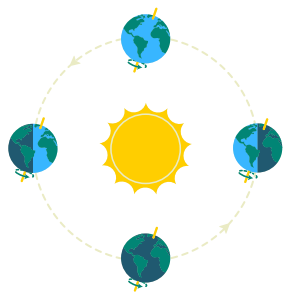
Extra	También llamado "presco" en la zona. Es de un tamaño mayor y la carne más dura.
Presquilla sanjuanera	Se recoge en verano, en concreto para San Juan, de ahí el nombre. Color blanco y maduración temprana. Son de menor tamaño que los prescos.
Presquilla blanca de moscatel	Es un poco más pequeña y dulce que el melocotón.
Melocotón rojo	Madura más temprano, concretamente a finales de junio o principios de julio.

Cultivo-recolección

Aclarecer: quitar algún melocotón para que los que quedan sean más gordos.
Embolsar: poner una bolsa a cada melocotón para protegerlo de plagas e insectos.
Recolectar: recoger el fruto cuando está en su punto de maduración.
Poner en cajas: quitar la bolsa y poner en cajas. Se seleccionan por tamaños y se meten en cámaras para su posterior venta. El precio variará en función de su calibre.

Temporada de consumo

Desde principios de verano hasta final de octubre.



Beneficios de su consumo

Su color anaranjado nos indica su alto contenido en betacaroteno. Es rico en minerales como magnesio, potasio, zinc y selenio. También ofrece un buen aporte de vitaminas C y E. Es una fruta con un alto contenido en agua y en fibra.

Albalate del Arzobispo Ayuntamiento
Aula de educación de personas adultas
CPEPA ANDORRA
COMARCA DEL BAJO MARTÍN