



Ciruela

DESCRIPCIÓN El ciruelo es un árbol frutal de climas templados que en general exige pocos cuidados en su cultivo. Se consideran dos grupos, los europeos (*Prunus doméstica*), de floración más tardía, y los japoneses (*Prunus salicina*), diferenciados éstos fundamentalmente por sus exigencias climáticas

ORIGEN El ciruelo europeo parece ser originario del Sur de Europa y en la Grecia clásica se consideraban frutas silvestres. En España destacan como provincias con mayor superficie, Badajoz (4.050 ha), Murcia (1.1887 ha.) y Valencia (1.754 ha.)*.

LOCALIZACIÓN Y VARIEDADES

En Canarias la superficie cultivada en unas 172,6 ha, de las que 60 corresponden a nuestra provincia, predominando los grupos japoneses frente a los de tipo europeo, destacamos como municipios Frontera (8 ha.), Valverde (6,5 ha.) Icod de los Vinos (5 ha.), Güimar y el Rosario (4 ha.) y Garafía (2,7 ha)**.

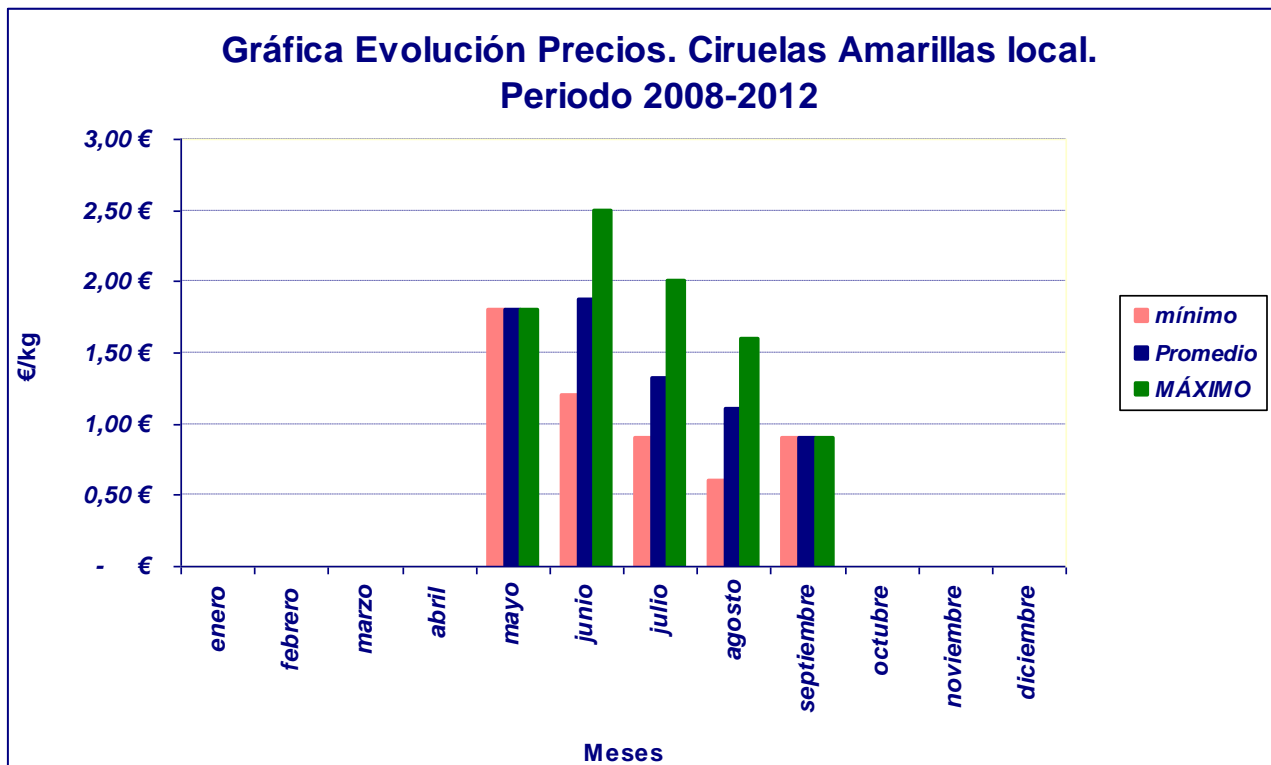
En general las **ciruelas japonesas**, van bien en zonas sin mucho frío, su tamaño suele ser superior a las europeas, aunque éste está bastante condicionado a la humedad del terreno, son más jugosas y el color de la piel varía entre rojo, negro y amarillo.

Las **ciruelas europeas**, necesitan mayor número de horas frío lo que puede retrasar su producción, son menos jugosas y más adecuadas para el deshidratado o secado. En el caso de las **Claudias** nos encontramos una ciruela de tamaño más bien pequeño, con colores verdosos, no muy jugosa, pero sí muy dulce y con el hueso no adherido a la pulpa.

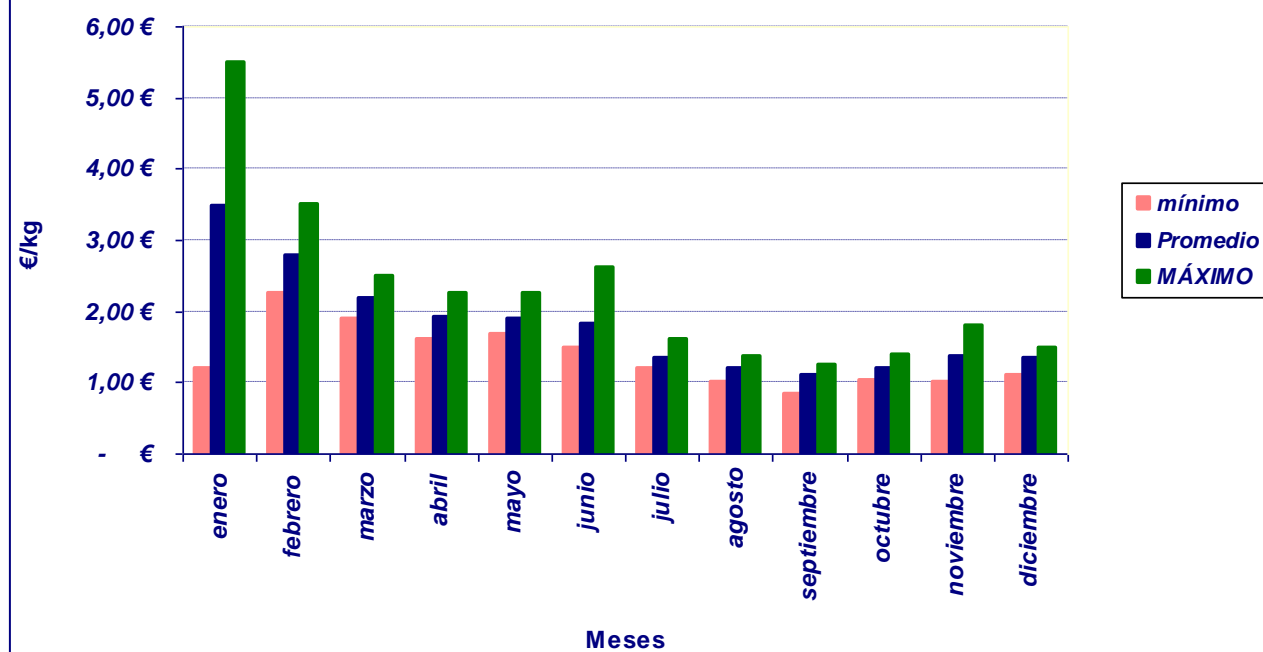
Una de las primeras variedades que aparece en el mercado es la **Methley**, se trata de una ciruela temprana, (japonesa), de tamaño medio, piel roja-claro a rojo granate, y carne roja de sabor dulce y algo ácido en la proximidad del hueso, proveniente de la zona de Arafo y Güimar, también conocida como **ciruela fresa**, por su aspecto y sabor. Luego son las claudias provenientes en su mayoría del sur (debido a su mayor resistencia a la sequía) y otras variedades japonesas del norte, tanto amarillas como rojas y negras. Entre las últimas de temporada destacamos la que se denomina "**huevo de gallo**" por su peculiar forma ovalada como un balón de rugby, de piel color negro y poco jugosa, típica de Icod de los Vinos.

PRECIOS Y ESTACIONALIDAD

En MERCATENERIFE la ciruela de origen local supuso en el año 2011 unas entradas en torno a los 60.073 kg. frente a los 825.978 kg. que proceden del exterior, es decir apenas un 6,8% del total. En cuanto a precios, éstos oscilan entre los 0,60 y los 2,50 €/kg, registrándose los máximos para las primeras frutas de la temporada, la cual se centra entre los meses de junio a septiembre. En cuanto a la fruta importada la oferta de fruta Chilena permite abarcar los meses en los que no hay oferta peninsular, registrándose los mínimos en septiembre 0,84 €/kg y los máximos en enero-febrero con precios por encima de los 5,50 €/kg.



Gráfica Evolución Precios. Ciruelas No local. Periodo 2008-2012



PROPIEDADES NUTRITIVAS.

La ciruela es una fruta que aporta una considerable cantidad de potasio y magnesio y además contiene elevada concentración de hierro y mucha vitamina B. No obstante destaca, sobretodo, por su elevada cantidad de fibra, lo que la convierte en un eficaz laxante, que además en su forma soluble ayuda también a regular el colesterol.

Calorías	51 Kcal	Agua	82,4 g
Proteínas	0,6 g	Potasio	230 mg
Fibras	1,7 g	Hierro	0,4 ug
Hidratos de Carbono	11,9 g	Vitam. C	5 mg
Grasas	0,1 g	Vitam. A	35 ug

Fuente: La Gran Guía de la Composición de los Alimentos. Equipo de Alimentación de la Universidad J. Liebig de Giessen (Alemania). Ed. Integral. Julio 1996

*Anuario de Estadística Ministerio de Medioambiente y Medio Rural y Marino 2011

**Estadísticas de la Consejería de Agricultura del Gobierno de Canarias, año 2011