



Piña de millo

DESCRIPCIÓN

Se trata de una planta herbácea perteneciente a la familia de las gramíneas, de porte robusto de fácil desarrollo y de producción anual. Requiere altas exigencias en luz y moderadas de temperaturas, no prosperando bien en zonas o épocas muy húmedas.

ORIGEN

Su orígenes son muy remotos, se cree que desde hace más de 7000 años se cultivaba en Méjico y en América Central, en Europa fue introducida después de la conquista. Hoy día su cultivo está muy difuminado por todo el resto de países, destacando EEUU, y en especial en toda Europa donde ocupa una posición muy elevada. En España al igual que en Canarias las variedades dulces han ido ganando mercado. Se trata de híbridos originariamente obtenidos en Estados Unidos, (principal país productor). Como provincias con mayor superficie destacamos en nuestro país a León (58.785 ha), Huesca (45.984 ha.), Badajoz (35.624 ha.) y Lleida (28.771 ha.)*.

LOCALIZACIÓN Y VARIEDADES

En nuestra provincia, según datos de la Consejería de Agricultura, a pesar de que la superficie dedicada a este cultivo ha decaído entre 1995 y 2005, pasando de unas 1.000 a 350 ha., en 2012 ésta es de unos 757 ha., estando aproximadamente un 60% bajo riego, destacando como principal productor el municipio de Los Realejos (114 ha.), La Laguna (87 ha.), San Sebastián de la Gomera (38 ha.), San Juan de la Rambla (33 ha.), e Icod (20 ha.)**.

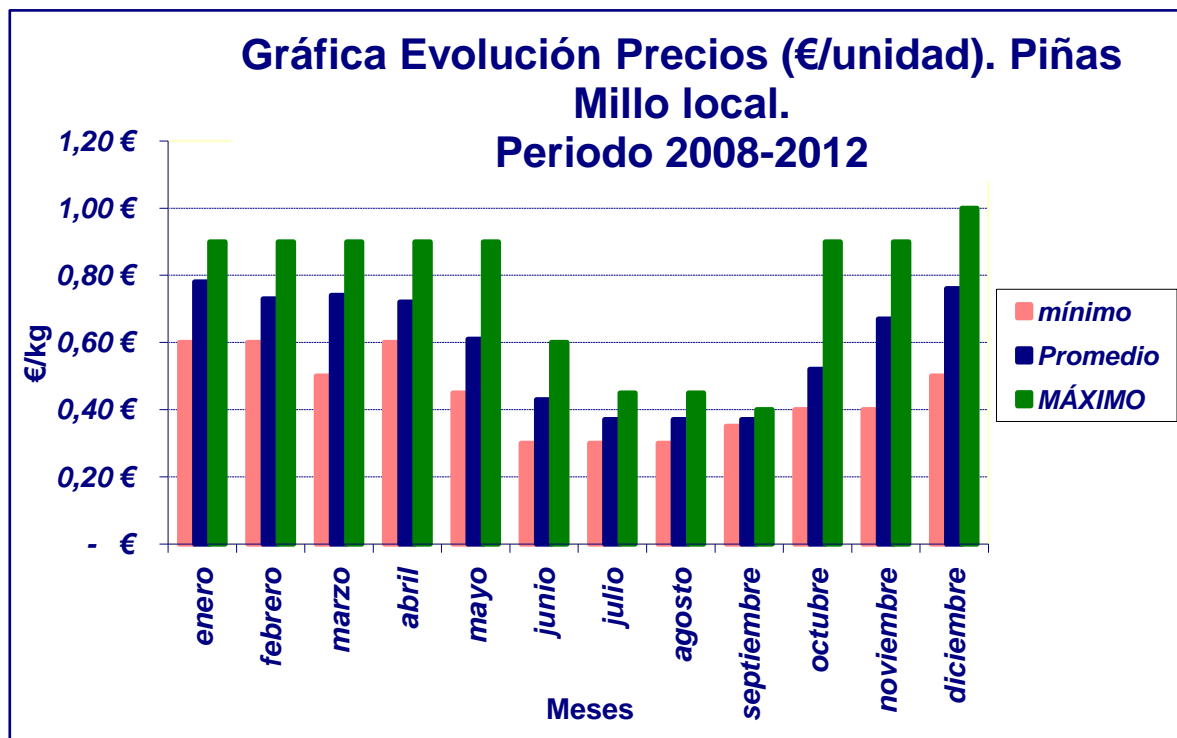
En Canarias existen más de 150 variedades locales de "millo canario", englobando plantas de diferentes portes, rústicas y cultivadas fundamentalmente para producir en verano y en secano, muchas veces asociadas a otros cultivos. Su grano es muy apreciado en nuestro mercado por su sabor, aunque la planta presenta dificultades para producir piña en invierno debido a problemas de polinización motivado por las menores temperaturas.

Las variedades foráneas cultivadas localmente son híbridos, en su mayoría dulces, de gran rendimiento y homogeneidad que han ido desplazando a las variedades locales.

PRECIOS Y ESTACIONALIDAD

En MERCATENERIFE entran anualmente 613 toneladas de este producto, (96 % de origen canario), lo que suponen casi un 2,42% de las hortalizas locales comercializadas en este recinto.

Su precio oscila normalmente durante todo el año entre 0,30y1,00 €/ud, registrándose máximos de precios en los primeros meses del año y mínimos en pleno verano debido a que es un cultivo cuya producción se concentra más en los meses estivales.



PROPIEDADES NUTRITIVAS

Supone una fuente importante de carbohidratos, vitamina C y de fibra, (por lo que ayuda a regular el intestino y a prevenir el cáncer de colon), al igual que el resto de los cereales su consumo habitual tiene efectos beneficiosos sobre la diabetes, los trastornos metabólicos y ayuda a reducir el colesterol. También aporta importantes cantidades de vitamina del grupo B (fundamentales para el sistema nervioso y la piel), fósforo y magnesio.

A la hora de escoger la piña de millo hay que tener en cuenta que las hojas que la recubren estén verdes y que los granos estén enteros y consistentes.

Calorías	90 Kcal	Agua	78,2 g
Proteínas	3,0 g	Potasio	300 mg
Fibras	4,0 g	Vitam. A	120 ug
Hidratos de Carbono	16,7 g	Vitam. C	12 mg
Grasas	1,2 g		

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