

## **La opinión del especialista**

Ya se acerca el verano y no hay mejor fruta que la sandía para calmar la sed y refrescarnos. Por eso este mes hemos hablado con Javier Naranjo, mayorista del Mercado Central de Frutas y Hortalizas de Mercabarna, para que nos explique algunas curiosidades de la sandía.

### **¿Cuántos años hace que vende sandías en Mercabarna?**

Ya hace 10 años que estamos con esta empresa vendiendo sandías, además de otras frutas y hortalizas.

### **¿Cuándo es la mejor época para comprar sandías?**

La mejor época es desde junio hasta agosto.

### **¿Cuántos kilos de sandías vende por año?**

Por año vendemos 28 millones de kilos de sandías.

### **¿De dónde provienen las sandías que vendéis?**

Cuando no es temporada vienen de Senegal y cuando es temporada, es decir, de junio a agosto, vienen desde Palomares (Almería).

### **¿Cuál es la variedad que más le gusta a la gente?**

La variedad que más les gusta es la sandía negra sin pepita (Fashion) y también la blanca sin pepita (Boston).

### **¿Qué beneficios tiene comer sandía?**

Es muy buena para el corazón ya que contiene Citrulina y Licopeno.

### **¿En qué debemos fijarnos a la hora de comprar sandías?**

Que tenga buena presencia y buen toque, que suene a hueco.

### **¿Cuál es la mejor manera para conservar una sandía en perfectas condiciones?**

La debemos conservar a 12 grados.

### **Y para acabar, ¿cuál es su receta preferida con sandías?**

El producto del mes



*Abril: Sandía*

Mi receta preferida es una buena ensalada con taquitos de sandía por encima.

