

El producto del mes



**Marzo : Carambola**

## **La opinión del especialista**

El mes de marzo lo dedicaremos a conocer una fruta exótica muy curiosa, que tiene una forma peculiar: la carambola. Por eso hablaremos con Raquel Castell, mayorista del Mercado Central de Frutas y Hortalizas de Mercabarna.

### **¿Cuántos años hace que vendéis carambolas en Mercabarna?**

Ya hace unos 30 años que vendemos frutas exóticas en Mercabarna.

### **¿Cuántas toneladas de carambola vendéis al año?**

Aproximadamente unas 20 toneladas de carambolas al año.

### **¿De qué países vienen?**

Las carambolas que vendemos actualmente vienen desde Colombia.

### **¿Existen variedades de carambola?**

Sí, existen diferentes variedades. Las principales son "Arkin", "Chujuba", "Kambangan", "Hart", "Maha", entre otras.

### **¿Qué beneficios tiene para la salud comer carambolas?**

Se utiliza en algunos países para disminuir la fiebre y curar la diarrea. También es un buen diurético.

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

Sobre todo que tengan un color verde intenso y que no estén blandas ni arrugadas.

### **Y para acabar, ¿nos podría decir su receta preferida con carambola?**

Zumo de carambola con naranjas y papaya.

El producto del mes



Marzo : Carambola

