

## **La opinión del especialista**

Para conocer un poco mejor el mundo de los limones hemos ido a visitar a Montse Sanahuja, mayorista del Mercado Central de Frutas y Hortalizas de Mercabarna.

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

Ya hace más de 10 años que vendemos limones en Mercabarna.

### **¿Cuándo es la mejor época para comprarlos?**

La mejor época es durante el invierno, pero sobre todo de enero a marzo.

### **¿De dónde provienen los limones que vendéis?**

Nuestros limones provienen casi todos de Murcia y, desde allí, se distribuyen a todo el resto de España.

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

La variedad que más gusta es la “Primofiori”, por tener la piel más fina.

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

En que tengan un color amarillo brillante y la piel fina, y si tienen un poco de rabo, que sea bien verde.

### **¿Sabe qué beneficios tiene comer limones?**

El limón es una buena fuente de potasio, también tiene muchísima vitamina C y, sobre todo es muy importante para las funciones inmunológicas.

### **¿Nos podría explicar la manera de conservar los limones en perfectas condiciones?**

Deben conservarse en ambiente fresco. Si es invierno, podríamos dejarlos fuera de la nevera.

El producto del mes



Febrero: Limón

Y para acabar, ¿cuál es su receta preferida con limones?  
Sin duda mi preferida es la *Mousse* de limón, ¡me encanta!

