



## CARAMBOLA (*Averrhoa carambola*. Familia: Oxalidáceas)

### ► CARACTERÍSTICAS

- Fruto baya del carambolo (*Averrhoa carambola*). Conocida como “fruta estrella” por su forma característica. Árbol muy atractivo y ornamental, que puede alcanzar unos 10 m de altura.
- Familia: Oxalidáceas.
- Ovalada, con forma estrellada, dividida en 4 ó 5 celdas, con 5 costillas longitudinales marcadas cada una de ellas con una semilla, de piel fina y brillante verdosa, amarilla o rojiza amarillenta. Alcanza una longitud entre 5 y 12 cm. Pulpa translúcida, crujiente, jugosa, aromática y ácida. Las variedades de mayor tamaño son de color dorado, más dulces con una leve nota de acidez; las más pequeñas, agrias y de tonalidades pálidas, verdes o amarillas.
- Origen: Malasia (“Blimbing”), Indonesia y países tropicales: R. Dominicana (“cinco dedos”), Costa Rica (“tigriguro”), Venezuela (“tamarindo chino o dulce”).

### ► PRINCIPALES PAÍSES PRODUCTORES

Malasia, Tailandia (“Ma-Feung”), Sri Lanka o India (“Kam(a)ranga”). América: Brasil (“Caramboleiro”), Colombia y Bolivia.

### ► VARIEDADES

Algunos tipos:

- **Arkin:** sabor dulce, de Florida.
- **Miss:** achatada, hundida con pliegues gruesos y un peso de 250-400 g.
- **Er-Ling:** suave con un peso de +200 g, su transporte es delicado.
- **Fwang Tung:** color verdoso, costillas finas, buen sabor, grande. Tailandia.

### ► PROPIEDADES

- Rica en oxalato de calcio y fibra soluble.
- **Vitaminas:** C y provitamina A.

- **Minerales:** potasio, calcio, magnesio y fósforo.
- Bajo valor calórico, pocas proteínas, grasas e hidratos de carbono.
- **Consumo:** a nivel interior poco consumida al natural, más empleada en bebidas (zumos, batidos, licores), mermeladas, ensaladas, repostería, aderezos, cremas, cóctails.

### ► COMERCIALIZACIÓN

- Los más comercializados: entre 125 y 200 g.
- Categorías: I.
- Formatos: cajas de cartón con alveolo de aproximadamente 4 kg, unos 20-25 frutos protegidos con malla de poliespán.
- Conservación: en frigorífico a 5 ° y durante 1 ó 2 semanas.
- Rotación: en Merca, alrededor de una semana.
- **Las ventas:** en Red de Mercas, unas 200 toneladas en 2006.

### Estacionalidad de las ventas (Red de Mercas)

Porcentaje sobre total del año

Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
6	7	8	4	4	5	6	9	9	15	14	13

**Observaciones y curiosidades:** algunos especialistas señalan como mejor temporada el invierno y hasta principios de la primavera. Empleada como elemento decorativo, la “estrella” ideal para platos dulces y salados. En el caso de ser consumida al natural, no es preciso pelarla, se lava y se corta en rodajas. Jugo con uso medicinal para combatir fiebres, diarreas, escorbuto y enfermedades de la piel. Empleada como un excelente quitamanchas.