



## LITCHI O LICHI (*Litchi chinensis*. Familia: Spindáceas)

### ► CARACTERÍSTICAS

- Fruto del litchi (liche) (*Litchi chinensis*). Árbol de unos 10 a 12 m de altura, con ramas bajas y hojas pinadas de color verde oscuro. El follaje joven es de color verde rojizo. Atractivo y vistoso cuando está en plena floración con sus pequeñas masas de flores de color blanco verdoso o amarillento. Tiene una larga vida.
- Familia: Spindáceas.
- Fruto: drupas pequeñas, ovaladas, de 2 a 4 cm de diámetro y unos 20 g de peso, que cuelgan en racimos grandes o pequeños de 15-20 frutos. De aspecto parecido al madroño, la piel es coriácea y con pequeñas protuberancias puntiagudas, de color entre rojo vino y rosado, que cambia al marrón al secarse, por lo que también se le conoce como “avellana china”. Algunas variedades pueden llegar a ofrecer tonalidades amarillentas o pardo grisáceas, si bien las más apreciadas comercialmente son las de color rojo intenso. La pulpa o parte comestible es blanca nacarada, de textura consistente, translúcida, jugosa y con un sabor exótico y singular que se aparta de los tradicionalmente conocidos por los europeos, dulce con un ligero toque ácido, que recuerda al de las uvas, y un cierto aroma a rosas y fre-

sas. En su interior contiene una semilla, dura, lisa y marrón, de gran tamaño, aunque en la actualidad existen ya litchis de hueso más pequeño e incluso sin hueso.

- Origen: sur de China. Actualmente se cultiva en distintas regiones de Asia y, en general, en zonas de climas cálidos, tropicales y subtropicales, incluido el ámbito mediterráneo. En España se ha introducido en áreas de Andalucía Oriental, primogénitamente en la provincia de Málaga.

### ► PRINCIPALES PAÍSES PRODUCTORES

África Oriental (Madagascar, Mauricio y Reunión), Asia (Indochina, India, China, Indonesia, etc.), Sudáfrica, Israel, EEUU (Florida y Hawai), Filipinas, Brasil o el área de Oceanía.

### ► VARIEDADES

Son pocas variedades las que se cultivan en el mundo, siendo las mejores las de fruto grande con semilla pequeña. Entre las más comercializadas, **Brewster\*** o **Chen Purple** (“Perfume de la familia Sung”). Otras conocidas pero de menor demanda: **Mauritius** (Kwai Mi), **Bengal**, **Tai tsao**, **Hak ip**, **Kwa luk**, **Ambonia** o **Groff**, entre otras.

### ► PROPIEDADES

- Fruta muy digestiva, que fomenta el apetito.
- Contenido muy elevado en agua.
- **Vitaminas:** importante aportación en vitamina C y, en menor proporción, hidrosolubles del grupo B, entre ellas el ácido fólico.
- **Minerales:** fósforo y magnesio. Pobre en sodio, muy recomendable para la hipertensión.
- Rico en hidratos de carbono, pero bajo valor calórico al contener poca cantidad de lípidos y proteínas.
- Cantidades de fibra poco significativas.
- **Consumo:** fresco, aunque su elevada cotización le resta posibilidades y le hace difícil de encontrar en el mercado habitual, de no ser establecimientos especializados (tiendas gourmets, etc.) o restaurantes orientales. Otras formas de consumirlo es desecado, “litchi nut”, muy típico en China y bastante popular en EEUU, o en conserva, más extendido en Europa. A la hora de comprar, hay que tener en cuenta que no deben tener la piel arrugada ya que es síntoma de falta de frescura y pérdida de sabor. Para conservarlos, mejor guardar en el frigorífico, a unos 4-5 °C, donde aguantarán unas dos semanas en la zona más alejada del

\*Brewster: esta variedad, cultivada en Florida, recibe su nombre en homenaje al misionero que introdujo el árbol del litchi en EEUU cuyo origen procede de granos del “Perfume de la familia Sung” (Fukien-China Oriental).



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

Porcentaje sobre total del año

Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	
15	10	5	En el conjunto de estos meses, se comercializa alrededor del 15-20% restante, en especial entre los meses de junio a octubre, procedente de Israel y de las pequeñas explotaciones de la costa mediterránea española.								25-30	25

**Observaciones y curiosidades:** la recolección se realiza a finales de verano, cuando las protuberancias aparecen en la piel, signo de maduración y momento de cosecha, normalmente en racimos. Por lo general, se recogen con una porción de tallo y unas cuantas hojas para prolongar su frescura. También se le conoce como “ciruela china” o “mamoncillo chino”. En algunos recetarios tradicionales se le encuentran aplicaciones medicinales en cantidades moderadas para calmar la tos, las semillas en funciones analgésicas o las flores como un alivio para las afecciones de garganta. En el caso de las flores, en China también son muy apreciadas para la obtención de miel. Indicado para estados carenciales de vitamina C que, además, ejerce una acción antioxidante del llamado “mal colesterol”. Muy recomendable para personas que padecen de hipertensión, afecciones cardíacas o, en general, cardiovasculares (bajo en sodio).

\*\*Desecado: para desecarlo todavía se emplean métodos tradicionales y primitivos, al sol o a fuego. El primer sistema proporciona un gusto más fino.

frío, en la parte destinada a las verduras. A temperatura ambiente se deshidrata, la piel oscurece y fermenta rápidamente aumentando su grado de acidez. Admite congelación hasta un año. En fresco es la mejor manera de disfrutar de todas sus propiedades y sabor, es fácil de pelar partiendo por la mitad el fruto y retirando la semilla o hueso central que no es comestible. Pelado resulta parecido a una uva blanca. También se puede tomar formando parte de

macedonias, refrescos, batidos, dulces, etc., o con platos de arroz, carnes y pescados. También sirve para encurtir, preparar salsas, condimentar con especias o incluso elaborar vino. En Madagascar se prepara una bebida que se sirve como aperitivo llamada “litchi”. Desecados\*\* adquieren un sabor a uva pasa, aunque pierden alguna concentración en vitamina C. Desecados y en conserva se pueden encontrar durante todo el año.

### COMERCIALIZACIÓN

- Los más comercializados: en torno a unos 20 g/pieza.
- Categorías: I.
- Formatos: caja de cartón de 2 y 4 kg, a granel.
- Conservación: en cámara frigorífica a unos 2 °C.
- Rotación: en Merca, de 2 a 3 días.
- **Las ventas:** en Red de Mercas, los movimientos de cantidades reflejan un volumen de unas 600 toneladas en 2006, concentrados principalmente en empresas especialistas en importación.

