

## Características generales de la mandarina (*Citrus reticulata*)

Caterina Juri Massaro

La mandarina tiene su origen en zonas tropicales de Asia y se cree que su nombre se debe a los trajes anaranjados que usaban los gobernantes de China conocidos como mandarines.

Este fruto cítrico proviene del mandarino, árbol que pertenece a la familia de las Rutáceas y al género *Citrus*. Este árbol es más pequeño y redondeado que el naranjo; sus hojas son unifoliadas y de nerviación reticulada, con presencia de alas rudimentarias pequeñas. Las flores se presentan solitarias o en grupos de 3 ó 4 (figuras 1 y 2).

Los frutos reciben el nombre de hesperidios. Su forma es esférica ligeramente aplanada, de tamaño mediano y existen variedades semilladas y otras partenocárpicas, sin semillas. El peso de una mandarina puede variar desde 50 a 100 gramos. El color, tanto de su cáscara como de su pulpa, es anaranjado; en algunas variedades la piel puede tener un tono naranja rojizo. Su piel, en general, no se adhiere al fruto y su pulpa se divide en 8 ó 10 gajos que se separan con facilidad.

La pulpa de la mandarina es de sabor dulce, ligeramente ácido y está formada por numerosas vesículas llenas de jugo.

Su pequeño tamaño, su sabor, aroma y la facilidad de quitar su piel, hacen que esta fruta sea muy apreciada (figura 3).



Figura 1. Árbol de mandarino



Figura 1. Árbol de mandarino

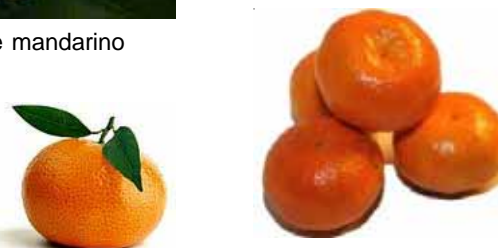


Figura 3. Fruto mandarina



## Variedades

Las mandarinas se dividen en cuatro grandes grupos o tipos varietales:

**Clementinas:** de color naranja intenso, de forma esférica aplanada y lo común es que carezcan de semillas. Se pelan con facilidad y tienen muy buen sabor. Clemenvillas: de tamaño más grande que las anteriores, de corteza naranja rojiza y abundantes en jugo.

**Híbridos:** frutos de tamaño mediano a grande y de color naranja rojizo. La pulpa posee gran cantidad de jugo y es abundante en azúcares y ácidos orgánicos. La corteza está más adherida a la pulpa.

**Satsuma:** es originaria de Japón y presenta un agradable aroma. Las frutas son de color amarillo naranja, de tamaño mediano a grande, forma achatada y con propensión a hincharse cuando la corteza inicia el cambio de color. La corteza es gruesa y rugosa y la pulpa tiene menor calidad gustativa, pero son las primeras en llegar al mercado.

## Mercado interno

En los últimos años se han incrementado las plantaciones de mandarinas, pasando de 1.245 hectáreas en el año 1997 a 2.836 hectáreas en 2007, de acuerdo al censo agropecuario del mismo año.

La mayor superficie se concentra en la Región de Coquimbo, con 2.055 hectáreas, en tanto las regiones de

Valparaíso y Metropolitana poseen 351 y 227 hectáreas, respectivamente. En el país, la variedad más cultivada es la Clementina.

La mayor oferta de este fruto se concentra entre los meses de junio y agosto, período en que los precios son más reducidos.

En los últimos años se ha incrementado el consumo de mandarinas, probablemente por la facilidad de pelar, su sabor dulce y la preocupación por una alimentación sana.

En la mayoría de los hogares se come la fruta después de las comidas, como postre; sin embargo, existen diversas formas de ingerirla, como por ejemplo en jugos, pasteles, cremas e incluso en ensaladas.

## Propiedades nutricionales

El componente mayoritario en las mandarinas es el agua, por lo cual aporta menos cantidad de azúcares que otras frutas del género y, por tanto, menos calorías. La cantidad de fibra que posee es apreciable y se encuentra sobre todo en la parte blanca, entre la pulpa y la corteza, por lo que su consumo favorece el tránsito intestinal.

En cuanto a las vitaminas, sobresale la C, el ácido fólico y la provitamina A. La vitamina C interviene en la formación de colágeno, huesos y dientes, glóbulos rojos y favorece la absorción del hierro de los alimentos y la resistencia a las infecciones. Ambas vitami-

nas cumplen además una función antioxidante. El ácido fólico interviene en la producción de glóbulos rojos y blancos, en la síntesis de material genético y en la formación de anticuerpos del sistema inmunológico. La provitamina A o beta caroteno es esencial para la visión, el buen estado de la piel, el cabello, las mucosas y los huesos, y para el buen funcionamiento del sistema inmunológico.

También contiene cantidades destacables de ácido cítrico, potasio, magnesio y, en menor proporción, calcio. El ácido cítrico posee una acción desinfectante y potencia la acción de la vitamina C. El potasio es un mineral necesario para la transmisión y generación del impulso nervioso y para la actividad muscular normal, e interviene en el equilibrio de agua dentro y fuera de la célula.

## Recomendaciones de compra y almacenamiento

Para reconocer una mandarina madura, no basta sólo fijarse en el color de la cáscara, sino también en su aroma. Así, mientras más dulce e intenso sea éste, más madura estará la fruta. Además la piel debe ser blanda. Las mandarinas de mayor peso serán las más jugosas.

Se conservan perfectamente en el refrigerador por un período de dos semanas, pero no se deben congelar. Para plazos más largos se pueden enfriar hasta 3 - 5° C.