EL MELÓN

Autoría:
Cristina Mallor
Banco de Germoplasma de Frutales
CITA de Aragón

¿Qué es? Familia: *Cucurbitáceas* - Especie: *Cucumis melo L.*

Los primeros datos del cultivo del melón provienen de fuentes egipcias (24 siglos a. C.).

Posteriormente existen evidencias de que los romanos eran muy aficionados a su cultivo y consumo.

Hoy en día podemos encontrar en los mercados de todo el mundo melones con diferentes colores, formas y aromas.

El melón es una planta muy exigente en calor. El fruto se denomina pepónide y se divide en piel (de distintos colores y rugosidad), placenta (donde están las semillas) y la pulpa (la parte comestible, que puede ser blanca, amarilla, color crema, anaranjada, asalmonada o verdosa).

En España, el tipo de melón más demandado es el Piel de Sapo que se cultiva sobre todo en Castilla la Mancha. En Aragón, la localidad de Torres de Berrellén se conoce como el pueblo de los melones.

Estacionalidad y producción de Aragón

E	F	M	A	MY	JN	JL	AG	S	O	N	D
						■	■	■			

Aunque existen melones en el mercado durante todo el año, la mejor temporada es el verano, entre los meses de julio y septiembre, cuando se cosechan los melones cultivados al aire libre.

Propiedades nutricionales

- Tiene una gran cantidad de agua (92%) y una cantidad de azúcar (6%) inferior a otras frutas, por lo que tiene menor contenido energético.
- Aporta vitamina C y folatos.
- De los minerales destaca el potasio, que contribuye al buen funcionamiento del sistema nervioso y de los músculos.

Financiado por la Unión Europea
GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE AGRICULTURA, PESCA Y ALIMENTACIÓN
GOBIERNO DE ARAGON

¿Cómo prepararlo y disfrutarlo?

Los frutos de melón se consumen principalmente en fresco, siendo también utilizado en la elaboración de dulces (como la mermelada) y, en su estadio de fruto joven, puede se empleado en la preparación de encurtidos.

Una receta conocida es la sopa de melón, una sopa fría que se hace con melón maduro triturado al que se añade nata (opcional), sal, pimienta, aceite y trocitos de jamón.

¿Sabías que...?

Los melones de la variedad tradicional "Torres de Berrellén" son de un tipo llamado Tendral, sus frutos se conservan colgados y así se pueden consumir durante el invierno.

En algunos países asiáticos se consumen las semillas de melón y de ellas se puede extraer un aceite apto para el consumo humano.

Muchas plantas de melón tienen dos tipos de flores: masculinas (que producen polen) y femeninas (que dan los frutos después de la polinización).

INFORMATE DEL PROGRAMA ESCOLAR DE CONSUMO DE FRUTAS, HORTALIZAS Y LECHE EN COLEGIOS DE ARAGÓN