

¡Sálvalos con un chorrito de limón! Aquí un secreto cítrico

¡Sálvalos con un chorrito de limón! Aquí un secreto cítrico

[imprimir](#)



Que algunos frutos no deben cortarse hasta justo antes de ser ingeridos es una de esas verdades culinarias que todos sabemos: que de lo contrario los trozos de aguacate, pera o manzana se oscurecen y, por mucho que mantengan el sabor, son menos que apetecibles a la vista. Un poco engorroso, admitámoslo, porque es algo estresante tener que cubrir el pastel de fresa o preparar el guacamole ya con los invitados en casa.

Lo que no todo el mundo sabe es el por qué de ese oscurecimiento. La culpable es la **polifenol oxidasa**, una enzima cuyo función en los vegetales es proteger el fruto de insectos y microorganismos cuando tiene la piel dañada. La superficie marrón

oscura que genera no es atractiva para los insectos ni para otros animales, y los compuestos que se forman durante el proceso de oscurecimiento tienen **efectos antibacterianos**. La reacción, sin embargo, se puede bloquear de dos formas presentes en el zumo de limón. La primera es la **vitamina C**, un antioxidante biológico, y la segunda son los ácidos orgánicos, sobre todo el ácido cítrico, que hace descender el PH por debajo del nivel óptimo de las oxidasas y aminora el ritmo de oscurecimiento.

El zumo de limón tiene un contenido de vitamina C más de 50 veces mayor que el de las manzanas y las peras. Y también tiene un PH menor de 2 y es mucho más ácido que el zumo de manzana, por ejemplo. Ahí está la respuesta. Para **aplicar el truco**, lo más **fácil** es **exprimir un limón por encima del fruto**, pero si no quieres arriesgarte a que deje demasiado sabor, en los supermercados encontrarás unos **concentrados** de zumo de **limón** más suaves, perfectos para la tarea.

Etiquetas

[chef plus induction](#)

[cítrico](#)

[cítricos](#)

[limón](#)

[limónes](#)

[oxidación](#)

[oxidación de frutas](#)

[recetas](#)

[recetas con limón](#)

[recetas fáciles](#)

[recetas robot cocina](#)

[vitamina c](#)

[Induction Pro](#)

Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar