

**Además de ser un sabroso condimento culinario, su propiedad antioxidante la convierte en una pieza clave de nuestra alimentación.**

## Tendencias de consumo de la cebolla

**DAVID CASANOVES MARÍN**

*Responsable de marketing y comunicación de Agriset, S.L.  
dcasanoves@agriset.es*



El consumo de cebolla sigue creciendo y nuevas oportunidades aparecen para los supermercados y la restauración. Aunque existe mucha información sobre la producción y el abastecimiento de esta hortaliza, poco se ha hablado desde la perspectiva del consumidor actual.

Una escritora norteamericana, Elisabeth Pennell, dijo “Destierra la cebolla de la cocina y el placer se esfuma. Su presencia añade color y encanto al plato más sencillo, su ausencia reduce el más exquisito manjar a un sin sabor inútil”.

Las cebollas son un alimento con escaso aporte calórico, ideal para consumir tanto en crudo como cocinadas, y sin que por ello se vea alterado su gran cantidad de flavonoides, unos compuestos altamente antioxidantes que bloquean el efecto dañino de los radicales libres, responsables del envejecimiento de las células.

Es extraordinaria la variedad de formas en que este producto se puede encontrar en nuestra cocina. No en vano, está considerada entre las 5 hortalizas que más se consumen y que más volumen de nego-

cio genera. La consumimos tanto en casa, como fuera, y está presente en multitud de platos, desde las ricas y saludables ensaladas hasta los platos más elaborados, y qué me dicen de las hamburguesas y los conocidos aros de cebolla “Onion rings”, protagonistas indiscutibles de los establecimientos “fast-food” americanos.

De acuerdo a la asociación nacional de cebolleros en EE.UU (NOA) el consumo per capita ha crecido un 70% en dos décadas, desde 5,5 Kg. en 1983 hasta 9,5 Kg. en 2005.

Según los analistas, este incremento se debe a que los consumidores escogen más de un tipo de cebolla para satisfacer sus necesidades culinarias. Unos eligen cebollas dulces para completar sus ensaladas mientras que otros escogen las cebollas tradicionales (normalmente de piel oscura) para cocinar.

Esto hace que las cebollas se encuentren entre los 10 productos más solicitados en la lista de la compra.

**Gran variedad de cebollas en los expositores de un supermercado.**

### Las cebollas dulces

El consumidor moderno se ha enamorado de las cebollas dulces. Y éstas llevan camino de convertirse en el ingrediente natural preferido para ensaladas y complemento perfecto de numerosos platos de la cocina creativa.

Estas cebollas no pican y tienen un alto contenido en agua y en azúcares, razón por la cual son tan deseadas para las ensaladas. Su piel es muy fina, de color crema, aunque últimamente es posible en-

contrarlas también de color rojo, lo que aporta una nota de color interesante en muchos platos.

Su cultivo se realiza de forma artesanal, en suelos pobres en azufre y cuidando todos los detalles para obtener un producto de calidad superior.

Técnicamente pertenecen al tipo de cebollas denominadas “ciclo corto”, pues son éstas las que contienen un mayor contenido de agua, siendo su textura firme y crujiente.

Aunque no existe una regulación oficial sobre qué se puede etiquetar como cebolla dulce, su consumo ha crecido exponencialmente en los últimos años, lo que ha permitido que muchos productores y comerciantes la hayan incorporado a su línea de productos. Sin embargo, a medida que su demanda crece, se hace evidente la necesidad de regular el mercado para que el consumidor obtenga aquello por lo que está pagando un precio extra. Y no se sienta defraudado por haber comprado una cebolla dulce, que realmente no lo es. Actualmente la credibilidad del consumidor en una determinada marca, es su única garantía.

Se pueden encontrar prácticamente durante todo el año, pero su presencia en el mercado es más notable durante el otoño y el invierno, por ser estos los meses donde hasta ahora no era posible consumir cebollas dulces.

La certificación de las cebollas dulces y el abastecimiento durante todo el año, son los temas que mayor interés despiertan actualmente, y en los próximos años se verán cambios importantes con el objetivo de regularizar este producto de gran valor añadido.

### Cebollas para cocinar

Son las cebollas tradicionales, de consistencia firme y dura, y con pieles más oscuras que pueden ser de color dorado, marrón, rojas o blancas, aunque estas últimas se han incorporado recientemente a nuestros hábitos alimenticios. No así la de color rosáceo, originaria de Cataluña y denominada “cebo-



**Cebollas dulces envasadas en malla de 1/2 kg para la venta en supermercados.**

lla figueres”, presente en la cocina desde hace mucho tiempo.

Son muy ricas en compuestos azufrados, que son muy volátiles y forman parte de su aceite esencial. Este aceite es responsable del característico lagrimeo que se produce al cortar una cebolla. El contacto del azufre con la lágrima del ojo produce ácido sulfúrico que hace que notemos un fastidioso picor.

Pueden cocinarse en multitud de formas, tanto asadas como hervidas, rehogadas, salteadas, fritas, etc. Sin duda, son un acompañamiento ideal de multitud de platos a base de carne, pescado, verduras, legumbres y guisos de todo tipo. Además, cuando se cocinan, apenas pierden su contenido en flavonoides, por lo que cualquier plato

elaborado con ellas será una fuente muy rica en antioxidantes.

### Cebollas para aros

Muy conocidas en la restauración rápida por que con ellas se elaboran los conocidos aros de cebolla, protagonistas de los establecimientos “fast - food” americanos.

En realidad se trata de cebollas que tan sólo tienen un centro, a partir de cual se desarrollan multitud de capas concéntricas. Por lo general, en una variedad tradicional se encuentran entre 3 y 5 centros, pero a través de la mejora genética, se ha logrado desarrollar nuevas variedades, principalmente híbridos, con una alta tendencia a producir un sólo centro.

Pueden ser tanto cebollas dulces como cebollas para cocinar, con la única condición de que tengan un centro único, pero es más habitual que sean las últimas ya que son éstas las que se emplean habitualmente en la cocina. Los aros se rebozan con harina y otros compuestos que le aportan sabor y textura.

Desde el punto de vista comercial, es importante que el número de aros en una cebolla sea

■ **Pueden cocinarse en multitud de formas, tanto asadas como hervidas, rehogadas, salteadas, fritas, etc. Sin duda, son un acompañamiento ideal de multitud de platos a base de carne, pescado, verduras, legumbres y guisos de todo tipo**

grande y que éstos sean carnosos y de una consistencia firme. Solamente se emplean variedades de piel amarilla.



### Cebollas tiernas

Son cebollas que se han recolectado en un estado inmaduro, de modo que el bulbo no se ha desarrollado completamente y su tallo permanece todavía erguido y verde. Destaca la frescura del producto, que suele comercializarse en manojos o últimamente en flow-pack.

Son muy apreciadas como producto para la ensalada, aunque muchas veces pican y no son dulces. Pero su aspecto fresco y saludable las convierte en un producto ideal para ensaladas.

Pueden ser amarillas, blancas o incluso rojas, con tal de que se hayan recolectado en su estado inmaduro. Las variedades blancas poseen la ventaja de que no amarillean con el paso del tiempo y no es necesario retirar muchas pieles para que el bulbo sea completamente blanco, pues ya lo es.

Existen variedades específicas que suelen crecer de manera vigorosa y rápida, dos factores fundamentales para su buena producción.

### Cebolla japonesa

Se la conoce habitualmente como cebollino o Bunching onion, es de origen asiático y no es exactamente una cebolla, ya que su nombre botánico es *Allium fistulosum* L. Crece de forma similar a la cebolla (*Allium Cepa* L.) con la diferencia de que no bulbifica y sus hojas y tallos son huecos, alargados y esbeltos.

En muchas ocasiones es fácil confundirlas con los ajos tiernos, pero su sabor es muy distinto. Se aprovecha tan sólo la parte blanca del tallo y 3-4 centímetros de su parte verde.

Muy conocida y apreciada en la cocina asiática por su sabor dulce y delicado. El gusto de los platos se torna más refinado ante la presencia de sus hojas de color

Envase denominado "Ice-less pack" ideal para la venta de cebolla japonesa.



Challot

Pearl onion



Manojo de cebollas tiernas con raíz fuerte y tallo verde.



On cipol z

Cebollas de especialidad: Charlotas, Perladas y Boretanas.



verde intenso y buen aroma. En Japón es usada principalmente en sopas (sopa misu) y pescados, pero en occidente su uso se ha extendido en la cocina creativa y es utilizado en la preparación de ensaladas, salsas, carnes y mariscos, aportando un toque exótico.

En EE.UU se consumen habitualmente, debido a la fuerte influencia asiática en la cocina, y no es difícil encontrarlas en los supermercados junto con otras hortalizas frescas. Allí se las conoce como "scallions" ó "green onions"

La cebolla es un producto para todo el año.

y suelen ir envasadas en bolsas de polietileno agrupadas en manojos.

### Cebollas chalotas, perladas, boretanas y otras

Todas ellas pertenecen a la categoría de especialidades y su consumo aunque muy pequeño, es bastante estable y disfruta de un margen mayor.

Son productos de la cocina moderna, de tamaño pequeño o muy pequeño como la cebolla perlada, pero de un sabor muy fino y elegante. Resultan ideales como acompañamiento de platos a base de carnes, y raramente se consumen en fresco, pues son bastante picantes.

También constituyen la base de numerosas salsas y guarniciones.

De todas, la más conocida es la cebolla chalota ó *challots* (*Allium ascalonicum*), muy apreciada y conocida en la cocina francesa, donde se consume principalmente cocida. Su sabor se encuentra entre la cebolla y el ajo, y es a la vez fino y aromático. Toda una delicia para los amantes de la buena mesa. Su piel es de color bronce oscuro, el bulbo es de forma alargada y procede de la separación de un bulbo compuesto de mayor tamaño.

La cebolla perlada o *pearl onion*, es un bulbo diminuto de aprox. 2-3 cm. de diámetro y están disponibles en dorado, rojo o blanco. Se las conoce habitualmente como cebolla tipo cócktel y son perfectas como guarnición de guisos por su tamaño reducido y su sabor fuerte.

Son habituales en los países bajos, ya que se cultivan a partir de variedades de climas fríos.

La cebolla boretana o *cipolline* es una cebolla de origen italiano, de color blanquecino, y de tamaño entre 2.5 cm y 7.5 cm. Muy característica por su forma muy aplanada y su sabor suave. Es perfecta para utilizar en Kebabs o incluso para encurtidos a base de balsámico que luego se emplean en ensaladas.

### Conclusiones

Como hemos visto, la cebolla es un alimento de gran diversidad varietal y constituye uno de los alimentos más beneficiosos que existen para nuestra salud. Aprovechemos esta ventaja, para aumentar la gama de productos disponibles en supermercados, tiendas y otros establecimientos, ofreciendo al consumidor un producto de alta calidad los doce meses de año.



**La cebolla, un sabroso acompañante para cualquier ensalada.**

Por cuestión de espacio no se ha hablado del producto procesado o deshidratado, dos mercados en constante crecimiento y que suponen otra de las bazas comerciales de las empresas del sector.

Para aquellos que piensan que la cebolla es un producto de escasa innovación y que no representa valor añadido, este artículo puede hacerles cambiar de opinión.

Agriset,  
tu especialista en cebollas!



Plaza Mayor, 2 // 46120 Alboraya (Valencia-Spain) Tel.: +34 96 372 04 21 www.agriset.es // agriset@agriset.es