

# ARRIBA LA CALOR, ARRIBA LA XÍNDRIA MÉS DOLÇA

És el fruit de la xindriera, planta herbàcia i enfiladissa de la família de les cucurbitàcies, la mateixa que les carabasses o els melons.

**L**a xíndria és una fruita mil·lenària l'origen de la qual se situa a l'Àfrica tropical, i el seu hàbitat natural és la sabana. El seu cultiu es remunta a uns 3.500 anys, a la vall del Nil, tal com demostren els jeroglífics i les escultures trobades a l'antic Egipte, però no hi ha constància de la incorporació per grecs i romans. Els àrabs, grans hortolans amants de la dolçor, l'apreciaven especialment, i amb l'arribada dels àrabs a la península Ibèrica ens va arribar aquest fruit tan refrescant.

Es té constància de més de cinquanta varietats de xíndria, que es classifiquen en funció de la forma dels seus fruits, el color de la polpa, el color de la pell, el pes o el període de maduració. Les varietats antigues tenen llavors però actualment el mercat està dominat per les varietats sense llavors, ja desenvolupades al Japó el 1939. Són varietats desenvolupades de forma artificial, però no són transgèniques, i tenen la característica que les llavors no són viables, però necessiten ser pol·linitzades per una

varietat normal, amb llavors. A Eivissa, però, es continuen conreant les varietats amb llavors perquè els productors han afinat que en elles la textura cruixent es manté millor. Actualment s'està intentant recuperar les varietats antigues de xíndria cultivades a Eivissa. Si algú en conserva llavor us agrairem si la portau al Departament d'Agricultura del Consell Insular.

A Eivissa és un dels principals conreus d'hort, molt preuada per la dolçor. Es consumeix especialment fresca, com a postres. No és fins a l'arribada de l'estiu que la xíndria inicia la seua temporada, i és que necessita temperatures altes per acumular una quantitat suficient de sucres. S'allarga durant l'estiu i acaba a final de setembre. *La Voz de Ibiza* el 20 de setembre de 1924 comentava que "el mercado ibicenco está mejor surtido de sandías, o sea de melón de agua, que aquí se presentan tardías, pero creemos que pronto quedarán agotadas sus existencias".

Nutricionalment està composta en un 95 % per aigua, d'aquí les seues propietats hidratants, tan importants durant l'estiu, i el baix nivell calòric amb només 21 kcal per 100 g. Però el més especial està en el seu color vermell, a causa del licopè, de la família dels carotens; juntament amb la tomata, és un dels productes vegetals amb un



nivell més elevat. Nombrosos estudis científics atorguen al licopè propietats protectores davant del risc cardiovascular i de certs càncers, com el de cèrvix o de pròstata. Així que a menjar xíndria d'Eivissa: ben dolça, refrescant i saludable. Què més voleu?



# AIXÒ SÚC!

## ÉS D'EIVISSA!

CONSUMEIX **100%**  
PRODUCTES D'EIVISSA

*Hi guanyam tots!*



Consell  
d'Eivissa