



En México todo lo comemos con limón

- El limón acompaña a una amplia variedad de platillos tradicionales
- En México, el consumo per cápita de limón es de entre 13 y 17 kilogramos
- El limón se utilizó para sustituir al vinagre en los platillos originarios de Europa

Ciudad de México a 6 de julio 2020. Así como la salsa y las tortillas, el limón es uno de los elementos que no pueden faltar en la mesa de los mexicanos, pues este cítrico resulta ser el complemento ideal para muchos platillos. En México es común añadir limón a platillos tradicionales como **tacos, pozole, esquites** y también a las bebidas como **tequila, cerveza o infusiones**, esto con la intención de resaltar sus sabores.

De acuerdo con datos de la Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural, en México el consumo promedio de limón es entre 13 y 17 kilos por persona cada año. Aunque existen diversas variedades de esta fruta, en nuestro país se producen y consumen principalmente dos tipos: el limón sin semilla y el limón verde o mexicano, este último se caracteriza por ser pequeño, jugoso y muy ácido.

Cabe resaltar que el limón se incorporó a la gastronomía mexicana durante el Virreinato, cuando los españoles trajeron a América este fruto originario de Medio Oriente. Beatriz Attolini, Director General de Beatriz Attolini Cocina de Autor experta en especies de cocina y tradición gastronómica mexicana, explica que el limón se adecuó bien a las condiciones climáticas de nuestro país y pasó a ser un producto muy abundante, y por lo tanto a ser un ingrediente relevante en la gastronomía nacional.

“Los Europeos trajeron recetas de platillos que llevaban vinagre y que se caracterizaban por ser ácidos. Sin embargo, el paladar mexicano no se adaptó bien

al sabor del vinagre, por ello se buscó otro elemento con el cual poder sustituirlo. El limón resultó ser el complemento ideal, pues además de brindar acidez también ayuda a fijar y potenciar los sabores de los alimentos”, relató la experta.

Si bien este fruto ha estado presente en la cocina mexicana desde hace varios siglos, fue en épocas recientes, aproximadamente a partir del siglo XVIII que el limón se convirtió en un elemento esencial de la cocina en nuestro país. Actualmente el gusto de los mexicanos por el limón es considerado un rasgo que nos identifica y de este deriva la famosa frase de: **“Si le pone limón a todo, es mexicano”**.

Además, el limón es un ingrediente básico en la medicina natural en México, este se usa en una amplia variedad de infusiones y mezclas para aliviar malestares. Beatriz Attolini explica que el limón es una gran fuente de vitamina C y ayuda al fortalecimiento del sistema inmunológico, también cuenta con propiedades bactericidas, por lo que es ideal para combatir infecciones. Otro elemento para resaltar es que ayuda a restablecer los niveles de Ph en el cuerpo y a desintoxicar.

“El limón es un ingrediente muy valioso en la cocina mexicana pues da sabor a una gran variedad de platillos y bebidas tradicionales. Además de que sus propiedades nos ayudan a mantenernos sanos. Al consumir este fruto a diario ya sea acompañando alguna ensalada o en agua podrás recibir todos sus beneficios”. concluyó Beatriz Attolini.

Del **22 al 24 de octubre** en el WTC, Ciudad de México, se llevará a cabo la **14ª edición de Gourmet Show**. En este evento se darán cita los mejores expositores de aceites y vinagres; vinos, destilados y licores; carnes, pescados y mariscos; quesos; aderezos, salsas, condimentos, especias, conservas, mermeladas y jaleas; pan; chocolate, bombonería, dulces y repostería; café y té; accesorios y utensilios gourmet; recetarios y publicaciones especializadas para celebrar a lo mejor de la gastronomía mexicana.

Acerca de Gourmet Show

Gourmet Show es un evento con 14 años de experiencia promoviendo la cultura del buen comer en México. Reúne por tres días consecutivos a todos los actores comprometidos con alimentos, bebida, accesorios de calidad e ingredientes esenciales para la cocina Gourmet. Cuenta con los siguientes pabellones especializados: Wine Room, Agave Fest y Veganautas.

En la exposición podrás encontrar vinos y licores, carnes, pescados y mariscos, quesos, charcutería, aceites y vinagres, pan artesanal, chocolate, conservas, mermeladas y productos orgánicos, entre otros.

Para mayor informaciónn visita la página: www.gourmetshow.mx

Acerca de Tradex Exposiciones

Tradex Exposiciones, con más de 30 años de experiencia en la organización de exposiciones y eventos especiales, manejando principalmente cinco nichos: alimentos y bebidas, diseño e interiorismo, decoración, belleza y manualidades. Además, ofrece consultoría en producción de exposiciones y congresos: desarrollo de concepto, diseño de imagen, y promoción, así como telemarketing, operación y logística. La misión de Tradex Exposiciones es fortalecer industrias y abrir nuevos mercados en sectores especializados.

Para mayor informaciónn visita la página: www.tradex.mx

Contacto de prensa

Claudia Orozco

Relaciones Públicas

Tradex Exposiciones

Tel. 56044900 Ext.159 / Cel.55 48 11 53 22

corozco@tradex.com.mx