



Nombre común	Aguacate
Nombre científico	<i>Persea Americana</i>
Familia	Lauraceae
Distribución	Estados Unidos, Costa Rica, México, El Salvador
Uso de la especie	Frutos comestibles
Generalidades	<p>El aguacate es oriundo de la tierra tropical americana de donde forma parte importante de la dieta alimenticia humana. Además, se le cultiva en regiones de Estados Unidos, como California y florida, adaptando las tierras de los cultivos como en México y Guatemala.</p> <p>En algunas partes de América del Sur se conoce como Palta. Presenta unas dimensiones de 5-6 cm de longitud. El peso es entre 200-400 g, aunque pueden encontrarse piezas de hasta 2 kg de peso. La corteza es gruesa y dura de color verde cuyo tono depende de la variedad. La pulpa es aceitosa de color crema a verde amarillento, con un sabor similar a la nuez. Posee una única semilla redondeada de color pardo claro y 2-4 cm.</p> <p>El fruto es una baya unisemillada, oval, de superficie lisa o rugosa. El envero se produce sólo en algunas variedades y la maduración del fruto sólo cuando éste se separa del árbol. Por otra cosa este aporta un ácido oleico ejerce efectos cardio vasculares beneficiosos, disminuyendo los niveles de colesterol plasmático. Contiene una cantidad importante de minerales y vitaminas, necesarios para el correcto funcionamiento del organismo.</p>
<p>(1). El cultivo del aguacate. (Daniel Amado Castillo, Guillermo Sagrera R.). (S.F.). mago.go.cr: http://www.mago.go.cr/rev-histo/st-10-38-029.pdf</p> <p>(2). aguacate, <i>persea americana</i> / lauraceae. (S.A.).(S.F).frutas-hortalizas.cr: https://www.frutas-hortalizas.com/Frutas/Presentacion-Aguacate.html</p>	



Fuente: Colegio Los Samanes