



Cartilla cultivo del

# Caimita



Gobierno de Reconciliación  
y Unidad Nacional  
*El Pueblo, Presidente!*



MINISTERIO DE ECONOMÍA FAMILIAR COMUNITARIA, COOPERATIVA Y ASOCIATIVA



# CONTENIDO

I.	Origen de la planta .....	02
II.	Características del caimito .....	02
III.	Bondades del caimito .....	03
IV.	Suelo y clima para su establecimiento .....	04
V.	Establecimiento del cultivo .....	04
VI.	Labores culturales .....	05
VII.	Cosecha .....	05
VIII.	Poscosecha y consumo .....	06
IX.	Procesamiento .....	06
X.	Alternativas de empaques para el Caimito .....	07
XI.	Comercialización .....	11





## I. ORIGEN DE LA PLANTA

El caimito (*Chrysophyllum cainito*) de la familia Sapotaceae, es originario de América Central, Las Antillas, Cuba, Jamaica, México, Puerto Rico y Colombia, donde crece rápidamente. Tiene pequeñas flores blancas con un olor dulce. En el año 1802 se introdujo el caimito a Colombia y Filipinas volviéndose uno de los frutos más consumidos. En Florida y Hawái se pueden ver estas plantaciones desde el año 1901. En Vietnam y Camboya se observan plantaciones de este árbol por el sabor exquisito de sus frutos; en el oeste de África, Zanzíbar y en la India es más apreciado por sus valores decorativos. En Nicaragua se produce en la zona norte, sur y pacífico.



## II. CARACTERÍSTICAS DEL CAIMITO

Es un árbol con una copa extendida, que crece hasta una altura de 15 metros. Las ramas son numerosas y esbeltas, las puntas jóvenes son de color cobre y están cubiertas de pelos. Las hojas son ovaladas, puntiagudas, redondeadas en la base y cubiertas por debajo con pelos dorados y suaves.

### Valor nutritivo del caimito

Se basa en la excelente fuente de fibra dietética, carbohidratos saludables, vitamina A, calcio, hierro, vitamina C, potasio, magnesio, ácido fólico, vitamina B2, manganeso y selenio. No contiene colesterol ni grasas saturadas.





### III. BONDADES DEL CAIMITO



**Medicinal:** es una excelente fuente de carotenoides. Los efectos beneficiosos se deben a su papel como antioxidantes y a su capacidad para convertirse en vitamina A. Puede calmar la inflamación en garganta y combatir la neumonía. Se administra como un tratamiento para la diabetes, y como cocimientos con el que se hace gárgaras para aliviar la angina de pecho.



**Alimenticio:** este fruto se puede utilizar en helados, bebidas, rellenos de empanadas, repostería y mermeladas. Por su exquisito y dulce sabor es muy favorable y se puede acoplar fácilmente a combinaciones con otros frutos.



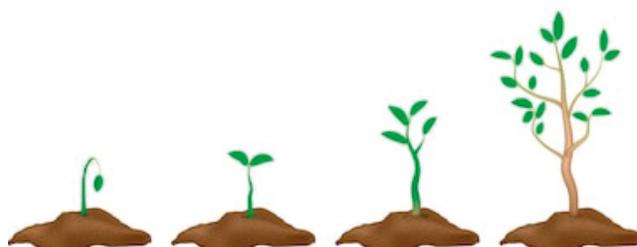
**Construcción:** la madera del caimito es de excelente calidad, se puede utilizar para la construcción en trabajos de carpintería por su dureza.



## IV. SUELO Y CLIMA PARA SU ESTABLECIMIENTO

Para obtener una producción más beneficiosa y frutos con mejores características y propiedades, es recomendable plantarlos en suelos con mucha profundidad, arenosos, arcillosos, húmedos, con buen drenaje para que no se estanque el agua.

El pH del suelo puede variar entre 4.5 - 7.5. Por ser un árbol tropical o de zonas casi tropicales requiere una temperatura entre 20 y 25°C.



## V. ESTABLECIMIENTO DEL CULTIVO

**a) Siembra:** La mayoría de las plantas se siembran por medio de trasplante en terrenos que no se inunden, preferentemente fértiles.

**b) Propagación:** El caimito es más ampliamente cultivado a partir de semillas que retienen viabilidad durante varios meses y germinan fácilmente. Los esquejes de la raíz de madera brotan bien por lo cual son utilizados. Otra alternativa de propagación es por estacas subterminales con hojas.

**c) Germinación de las semillas:** Luego de consumir el fruto se separan las semillas, se lavan y se dejan secar para facilitar la germinación. Se debe cortar una punta de la semilla para agilizar la germinación. Las semillas son ubicadas formando puntos dentro de una mezcla de arena y tierra sin cubrir excesivamente, colocándolas verticalmente puntas con puntas. Una semilla germina en el transcurso de 15 a 50 días luego de su plantación. Se recomienda hacer la siembra inmediata o máximo un mes luego de haber sido procesada.

**d) Preparación del terreno:** Inicia quitando la maleza, ahoyando y abonando. El suelo debe estar preparado para que las plantas puedan desarrollarse sin problemas.

**e) Distancia de siembra:** En plantaciones compactas se debe dejar un espacio de 10 x 10 m o hasta de 12 x 12 m. En parcelas agroforestales se pueden plantar a distancia de 4 x 4 m en tres hileras.

## VI. LABORES CULTURALES

**a) Riego:** En los primeros seis meses las plantas se deben regar semanalmente. Reducir la frecuencia del riego, excepto en el período de floración donde la humedad aumentará la cantidad de frutos.

**b) Poda:** Se recomienda la realización de podas de formación inicial y limpiezas anuales, principalmente en temporada lluviosa.

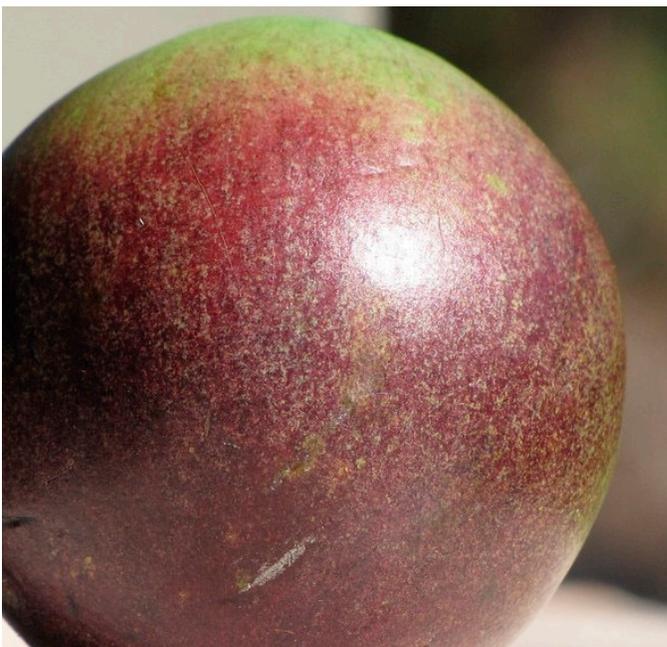
**c) Fertilización:** Se recomienda el uso de fertilizantes con proporciones equilibradas de nutrientes. Se puede usar abonos orgánicos al momento de la siembra, haciéndolo de forma localizada.

**Plagas y enfermedades:** Las larvas de pequeños insectos a veces se encuentran en los frutos maduros. Hay plagas que afectan el caimito, tales como los chinches harinosos que afectan árboles jóvenes en la temporada seca. Además, el caimito es un hospedero alterno de la mosca de la fruta (*Anastrepha serpentina*).

El follaje está sujeto a manchas foliares o caspa verde. Las aves y las ardillas atacan las frutas si se dejan madurar completamente en el árbol.

## VII. COSECHA

Los caimitos se cosechan de forma manual, trepando a los árboles para alcanzar los frutos más altos. El mejor momento para la recolección es cuando el fruto está verdoso en la base. En Nicaragua, la mayor cosecha se concentra en los meses de febrero - abril.



## VIII. POSCOSECHA Y CONSUMO

Las etapas en el manejo poscosecha son:

**a) Transporte de la fruta:** Una vez cosechados los caimitos son colocados en cajillas plásticas que pueden protegerse con hojas del mismo árbol o con papel de envolver para evitar que la fruta se golpee con las paredes de la cajilla. Siendo que la cáscara del caimito es muy suave es importante evitar que se espongan por largo tiempo al sol pues esto puede deshidratarlo. Las frutas se trasladan en camiones o camionetas al lugar del acopio. Las cajillas con frutas se colocan sobre polines mientras pasan por un proceso de limpieza.

**b) Limpieza:** El propósito es eliminar las impurezas que puedan contener en su cáscara desde campo y durante el transporte, tales como tallos de planta, piedras, entre otros. Una vez limpios los caimitos pasan por un proceso de lavado en una lavadora de fruta o en tinas plásticas con abundante agua para retirar toda la suciedad.

**c) Desinfección:** Se prepara una solución de agua con cloro. Por cada litro de agua colocar 2 gotas de cloro y luego sumergir las frutas durante 30 minutos; pasado ese tiempo se retiran del agua y se colocan en otro recipiente para que se sequen o bien se pueden secar con un paño limpio o papel toalla.

**d) Clasificación (control de calidad):** La clasificación de los caimitos se puede hacer con ayuda de una clasificadora de frutas o bien manual, separando las frutas por tamaño y color, además de separar cualquier fruta que esté con fisuras, raspones, magulladura o en mal estado.

**e) Embalaje:** Existen muchas alternativas para empacar los caimitos y sus derivados para su posterior comercialización en mallas, cajas plásticas o bolsas si se comercializa como fruta fresca, empacar la pulpa al vacío para alargar su vida útil o en envases de vidrio.

**f) Almacenado:** Para garantizar que los caimitos se mantengan frescos mientras son distribuidos, deben mantenerse en cajillas plásticas sobre polines en un lugar fresco a temperaturas no mayores a los 25°C para evitar que se deshidraten.



## IX. PROCESAMIENTO

### a) Pulpa de caimito congelada

#### Ingredientes:

- 10 caimitos

#### Procedimiento:

Escoger frutas frescas de buena calidad, lavar bien la fruta, retirarle las semillas y la cáscara luego licuar los caimitos.

Empacar la pulpa en bolsas grado alimenticio y con la ayuda de una empacadora al vacío para evitar pérdida de vitamina C y alargar la vida útil de la pulpa. Se debe de congelar a una temperatura  $-18^{\circ}\text{C}$ .



### b) Dulce al caimito

#### Ingredientes:

- 8 caimitos
- $\frac{1}{2}$  taza de azúcar
- 1 limón

#### Procedimiento:

Retirar la cáscara y las semillas del caimito, colocar la pulpa con todos los ingredientes en una olla y llevarlos al fuego.

Mezclar y luego dejarlo a fuego medio por 20 minutos, revolviendo constantemente hasta que adquiera la textura de una natilla, agregar 5 gotas de jugo de limón, envasarlo en caliente en frasco previamente esterilizado. Puede también consumirla de inmediato.



## c) Jugo de caimito

### Ingredientes:

- ½ taza de pulpa de caimito
- 1 taza de leche de coco
- 1 cucharadita de canela en polvo
- Miel al gusto
- Cubos de hielo

### Procedimiento:

Colocar todos los ingredientes en la licuadora y agregar la miel, licuar a velocidad alta hasta lograr una consistencia cremosa y refrescante. Listo para disfrutar con hielo bien frío.



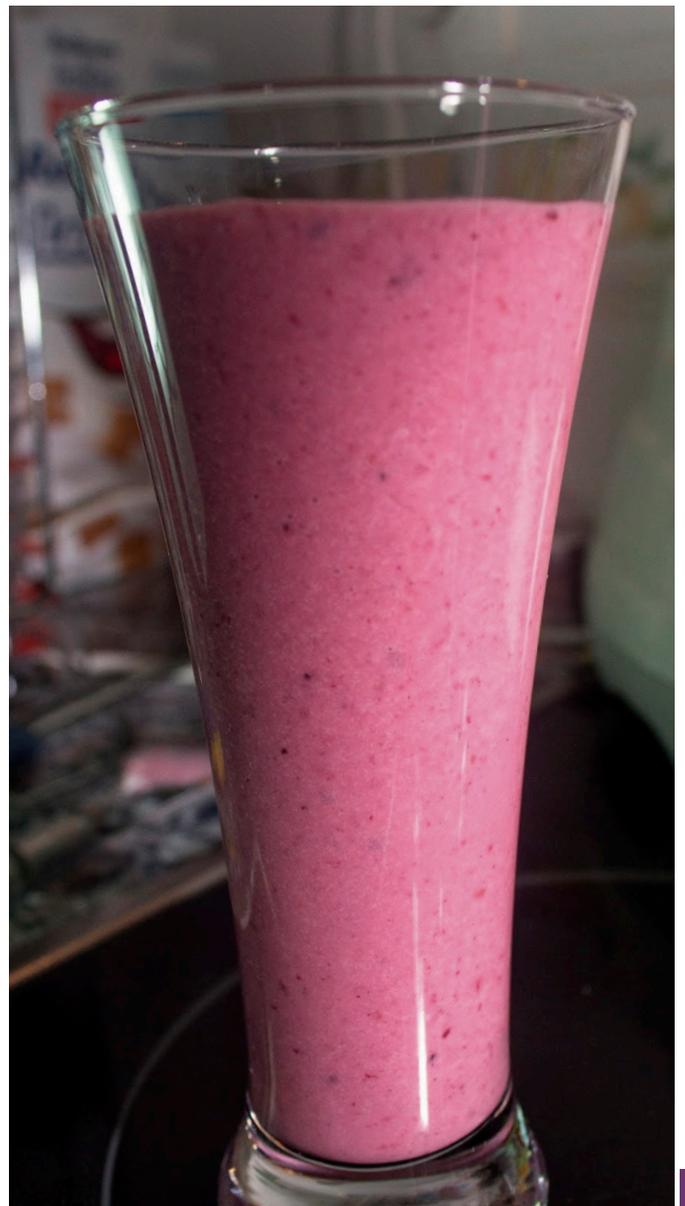
## d) Batido de caimito

### Ingredientes:

- 1 taza de pulpa de caimito sin semillas
- 2 tazas de leche de almendras, de coco o de soya
- 1 cucharadita de vainilla
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 1 cucharadita de jugo de limón
- Azúcar o miel al gusto (edulcorante)
- Cubos de hielo

### Procedimiento:

Colocar todos los ingredientes en una licuadora, añadir el hielo y el edulcorante a gusto. Batir a velocidad alta hasta obtener una cremosa y refrescante batida.



## e) Crema de caimito

### Ingredientes:

- 10 caimitos o 2 tazas de pulpa
- 1 taza de azúcar
- 5 yemas de huevo
- 2 cucharadas de fécula de maíz
- 2 tazas de agua

### Procedimiento:

Extraer la pulpa de la fruta sin semilla y colocarlas en un recipiente, luego añadir el agua y el azúcar, así como las yemas de huevo y fécula de maíz. Colocar todos los ingredientes previamente colados en una olla y colocarlos al fuego a una temperatura media y revolver la mezcla constantemente con una cuchara hasta que espese.



## f) Ensalada de Caimito

### Ingredientes:

- 100 gramos de pulpa de caimito
- 100 gramos de papaya
- 100 gramos de mamey
- 100 gramos de mango maduro
- Miel de abejas al gusto
- 2 vasos (200 mililitros) de jugo de naranja
- ½ vaso (50 mililitros) de jugo de limón
- Para decorar 2 o 3 hojas de hierbabuena

### Procedimiento:

Pelar y trocear las frutas en dados pequeños retirando las semillas y la cáscara. Luego colocar la fruta troceada en un recipiente y añadir los zumos de naranja y de limón y la miel de abeja al gusto. Se sirve fría.



## X. ALTERNATIVAS DE EMPAQUES PARA EL CAIMITO



a) Cajas de plástico para estibar y almacenar



b) Cajas plásticas transparente PET



c) Mallas reutilizables de nylon



d) Mallas de polietileno



e) Envases de vidrio con tapa



f) Bolsas de polietileno



g) Bandejas de poliestireno



## XI. COMERCIALIZACIÓN

Esta planta es cultivada de forma aislada en los patios y huertos de las familias. No existen siembras compactas con grandes extensiones. La producción de caimito se utiliza para el consumo de fruta fresca en las familias y venta de los excedentes en los mercados locales y nacionales cuando están en temporada de cosecha.

Los productos de batidos, jaleas o mermeladas elaborados por las familias son comercializadas en las ferias de la economía familiar, pulperías y mercados locales.