

El **origen geográfico** de la pera no está del todo claro, se supone su aparición en la zona entre el mar Negro y el mar Caspio hacia el mar de Aral, o más hacia el centro de Asia. El hecho de ser una fruta conocida desde la prehistoria, no implica que su consumo directo fuese extendido por los antiguos pobladores de aquellos territorios.

Por su expansión y en lo relativo a su consumo dentro de nuestra cultura, puede decirse que es una fruta plenamente mediterránea. En la antigua Grecia, el filósofo Teofrasto, discípulo de Aristóteles y autor de del libro *Sistema Naturae*, ya se refiere a este fruto y distingue algunas de sus variedades. También inició una clasificación sistemática de plantas medicinales, parece que se adelantó por unos siglos a Carl von Linneo.



Pertenece a la especie ***Pyrus communis***, también conocido como peral europeo, que desde luego, ya fue descrito por Linneo, dentro de la familia de las rosáceas. Aunque de clima templado y húmedo necesita periodos de frío. Este sabroso fruto es muy demandado en la actualidad, lo que hace que España, junto con China, sean los dos principales países productores de esta fruta. La pera conferencia es una de las muchas variedades comestibles existentes.

Algunas de sus variadas **propiedades organolépticas y nutricionales**:

La pera es una fruta refrescante y ayuda a aliviar la fiebre.

En sus distintas variedades es un fruto jugoso, sabor dulce.

Es diurética con lo que ayuda a eliminar líquidos y ayuda a controlar la hipertensión.

De alto contenido en agua aporta poco contenido calórico, la mayor parte en forma de glúcidos.

Muy pocas grasas y proteínas. Desde luego, nada de colesterol en una pera.

Igualmente, contiene tanto fibra soluble como insoluble, muy útil en la regulación del tracto intestinal. En este sentido su contenido en pectinas es ideal. Como recordaréis, hablamos de ellas en relación con la manzana golden.