

Sabores exquisitos que se van perdiendo: el kanisté en el camino del olvido

Perdemos sabores exquisitos cuando abandonamos el consumo de frutas locales. Esto ocurre, en ocasiones, porque asociamos su apariencia con elementos que nos recuerdan sensaciones desagradables. El fruto del kanisté, dulce y aromático, es subutilizado por la falta de familiaridad y su presencia escasa en los mercados. Sin embargo, sus propiedades nutricionales y medicinales lo hacen valioso. Su consumo se promueve mediante presentaciones gastronómicas alternativas y su inclusión en viveros locales para fomentar su cultivo y consumo regional. Descubrir su sabor delicioso abre la puerta a experimentar sensaciones y tradiciones culinarias ancestrales. ¿Te atreves a probar esta joya olvidada?

Palabras clave:
alimento funcional, frutal
nativo, *Pouteria campechiana*, Sapotaceae,
socialización primaria.

@CICYoficial    



GOBIERNO DE
MÉXICO

MARÍA TERESA CASTILLO-BURGUETE¹, VIRGINIA SOLÍS-MONTERO¹ Y DANIELA A. MARTÍNEZ-NATARÉN^{1,2,*}

¹Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional, Unidad Mérida, km 6 antigua carretera a Progreso, CP 97310, Mérida, Yucatán, México.

²Conahcyt, México.

* daniela.martinez@cinvestav.mx

“¡No me gusta, parece caca de niño!” Es el recuerdo de la infancia de una de las coautoras en su Chiapas natal, ella también rechazaba probar lo que allá se nombraba como “caca de niño”. Los frutos de los árboles, de lo que en lengua maya yucateca se conoce como k'aniste', caían al suelo, la sola vista de su pulpa cremosa causaba el rechazo, por la similitud que los infantes encontraban con el excremento de los niños más pequeños (Figura 1A). Sin duda que la socialización primaria, consistente en todo aquello que se aprende en la infancia hasta la adolescencia, que nos introduce en la sociedad (Berger y Luckmann 1979), marca gran parte del gusto (Bourdieu 1998). Cinco décadas más tarde ella tuvo un reencuentro con la fruta, la probó y su sabor delicado y dulce la cautivó de forma contundente. Para entonces se encontraba ya en su etapa de socialización secundaria o resocialización, que es cuando nos damos la oportunidad de abrirmos hacia cambios que en la socialización primaria no realizamos, o no estuvimos en condiciones para llevarlos a cabo (Berger y Luckmann 1979).

El kanisté, como se le conoce en Yucatán, es un árbol tropical, nativo de México y Centroamérica, que se distribuye desde los estados de Colima y San Luis Potosí en México hasta Panamá (WFO 2024). Pertenece a la familia Sapotaceae y al género *Pouteria* Aubl. El kanisté, de nombre científico *Pouteria campechiana* (Kunth) Baehni, es también llamado zapote amarillo, cajitillo, mamey de Campeche y sapote silvestre en el sureste de México, y particularmente en Chiapas se conoce



Figura 1. Kanisté (*Pouteria campechiana* (Kunth) Baehni, Sapotaceae). A. Restos de un fruto en el suelo, que asemejan el excremento de un niño pequeño. B. Árbol. (Fotografías: A. Daniela A. Martínez-Natarén, B. Virginia Solís-Montero).

como zapotillo y caca de nini (niño), en lengua maya también recibe los nombres de chi'kéej o ja'as che'. Los árboles de kanisté todavía pueden encontrarse de forma silvestre en la península de Yucatán, en la duna costera y la selva alta perennifolia y ocasionalmente en huertos familiares (Figura 1B). Sus frutos raramente son vendidos en los mercados locales. Un entrevistado, habitante de Hunucmá, Yucatán, se quejaba de que su cosecha se la ganaban las chachalacas (*Ortalischrysocephala* Wagler, en lengua maya nombrada bach), por ello procuraba manejar la altura de sus árboles para facilitar la cosecha “ahorita los arbolitos están cargados de frutitos, chiquititos, pero luego las chachalacas no los dejan, los comen” (hombre, 70 años). Hemos observado que, quizás por el dulzor del fruto, los pájaros comienzan a picotearlos incluso cuando todavía no están sazones (Figura 2A).

El fruto del kanisté es una baya muy variable en forma y tamaño, puede ser casi redondo, con o sin un ápice agudo o pico curvo, o ser algo ovalado y

alcanzar hasta unos siete centímetros de largo y ancho (WFO 2024, Lim 2013). Posee una cáscara delgada, lisa, un tanto brillante y al madurar adquiere un color amarillo o anaranjado (Figura 2B). La pulpa es anaranjada o amarilla intensa y peculiarmente aromática (Figura 2C). Los frutos del kanisté son dulces, deliciosos, y se consumen como un postre de fruta fresca, por su sabor dulce lechoso, de textura cremosa y poco jugosa, que se asemejan mucho a un helado gourmet al estar refrigerado. Con los frutos también se pueden preparar mermeladas, batidos de leche y, por supuesto, helados de color vistoso y con el sabor dulce propio de la fruta (Lim 2013). Si bien desde el epíteto específico de su nombre científico, *P. campechiana*, se adjetiva su origen de México y Centroamérica, ha conquistado el gusto de más seguidores, pues ha sido introducido a otros países, incluso tan lejanos como los asiáticos, entre ellos Indonesia, donde los frutos son deshidratados y pulverizados para comercializarlos como ingrediente de repostería (Pertiwi *et al.* 2020).



Figura 2. Fruto de kanisté. **A.** Fruto picoteado por aves. **B.** Fruto de forma redonda, sin ápice agudo. **C.** Pulpas de color amarilla intensa y de consistencia cremosa (Fotografías: **A.** María Teresa Castillo-Burguete. **B** y **C.** Daniela A. Martínez-Natarén).



Figura 3. Grupo de estudiantes mujeres y sus maestras participando en el taller de divulgación “Más que peras y manzanas: ¡frutas yucatecas, por favor!” (Fotografía: D.E. Burgos-Lugo).

La fruta también es apreciada por su valor nutricional, pues contiene proteínas, lípidos, carbohidratos, fibra, vitaminas (A, B, C) y minerales como calcio, fósforo, hierro (Sethuraman *et al.* 2020, Evangelista-Lozano *et al.* 2021) y es una fuente rica de carotenoides y taninos (Tran *et al.* 2021). Algunos estudios han evaluado su potencial como un alimento funcional; por ejemplo, se ha reportado que la cáscara y la pulpa son una fuente rica de compuestos fenólicos y flavonoides, y han mostrado actividad antioxidante y hepatoprotectora (Aseervatham *et al.* 2014). El sabor de la fruta del kanisté resulta muy atractivo, y además las propiedades medicinales de otras partes de la planta han sido un campo que ha suscitado mucho interés (Do *et al.* 2023). Los extractos de las semillas y hojas del árbol han demostrado tener actividades analgésicas, antimicrobianas, antiinflamatorias, gastroprotectivas y anti-

diabéticas, entre otras (Elsayed *et al.* 2016, Chan-Zapata *et al.* 2018, Pai y Shenoy 2021).

Como fruta olvidada también ha interesado recuperarla, en el sur del estado de Yucatán comienzan a conseguirse plantitas, y está entre las plantas que se ofrecen en el vivero del Centro de Investigación Científica de Yucatán A.C. (CICY) para su venta. Sin embargo, no basta con aumentar la presencia de estas plantas si la fruta no se consume, por ello ha sido parte de exposiciones gastronómicas para darla a conocer. La presentamos a grupos de estudiantes mujeres y sus maestras durante el evento “Cultivando Con Ciencia”, realizado para conmemorar el día internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia (11F, 2023), organizado por el Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional, Unidad Mérida (Cinvestav), para incentivar las vocaciones de las jóvenes hacia la ciencia (Figura 3). La fruta fue compartida en trocitos para probarla y fue una sorpresiva explosión de sabor para las participantes; no sabían que existía y mucho menos la habían probado. Esta actividad formó parte de la propuesta temática “Más que peras y manzanas: ¡frutas yucatecas, por favor!”. Traer frutales desde áreas remotas para consumo de la población incrementa nuestra huella ecológica y los costos de transporte, que se reflejan, por ejemplo, en el precio de venta, por eso revalorar los frutales de la región y producirlos aquí los haría más accesibles, sería incluso una alternativa de oferta gastronómica propia: ¿de qué sabor quiere su helado? tenemos de nance, caimito, zapote, guaya y kanisté ¿qué pastel le sirvo? tenemos de plátano, vainilla y kanisté. En nuestro menú gourmet también tenemos pollo y cerdo agridulce en salsa de naranja agria y kanisté. Usted decide.

Agradecimientos

A todas las personas quienes amablemente nos compartieron sus experiencias y conocimiento sobre el kanisté. A Armando Che por apoyar en la cosecha de frutos de kanisté. A los revisores por sus contribuciones para enriquecer el ensayo.

Referencias

Aseervatham G.S.B., Sivasudha T., Sasikumar J.M., Christabel P.H., Jeyadevi R. y Ananth D.

- A. 2014.** Antioxidant and hepatoprotective potential of *Pouteria campechiana* on acetaminophen-induced hepatic toxicity in rats. *Journal of physiology and biochemistry* 70(1): 1-14. <https://doi.org/10.1007/s13105-013-0274-3>
- Berger P. y Luckmann T.** 1979. *La construcción social de la realidad*. Amorrortu, Buenos Aires. 233 pp.
- Bourdieu P. 1998.** *La distinción. Criterios y bases sociales del gusto*. Taurus, Madrid. 597 pp.
- Chan-Zapata I., Canul-Canche J., Fernández-Martín K., Martín-Quintal Z., Torres-Romero J.C., ... y Arana-Argáez V.E. 2018.** Immunomodulatory effects of the methanolic extract from *Pouteria campechiana* leaves in macrophage functions. *Food and Agricultural Immunology* 29(1): 386-399. <https://doi.org/10.1080/09540105.2017.1386163>
- Do T.V.T., Suhartini W., Phan C.U., Zhang Z., Goksen G. y Lorenzo J.M. 2023.** Nutritional value, phytochemistry, health benefits, and potential food applications of *Pouteria campechiana* (Kunth) Baehni: A comprehensive review. *Journal of Functional Foods* 103: 105481. <https://doi.org/10.1016/j.jff.2023.105481>
- Elsayed A.M., El-Tanbouly N.D., Moustafa S.F., Abdou R.M. y El Awdan S.A. 2016.** Chemical composition and biological activities of *Pouteria campechiana* (Kunth) Baehni. *Journal of Medicinal Plants Research* 10(16): 209-215. <https://doi.org/10.5897/JMPR2015.6031>
- Evangelista-Lozano S., Robles-Jímarez H.R., Pérez-Barcena J.F., Agama-Acevedo E., Brio-nes-Martínez R. y Cruz-Castillo J.G. 2021.** Fruit characterization of *Pouteria campechiana* ([Kunth] Baehni) in three different stages of maturity. *Fruits* 76(3): 116-122. <https://doi.org/10.17660/th2021/76.3.2>
- Lim T.K. 2013.** *Edible Medicinal and Non-Medicinal Plants. Volumen 6*. Springer, Dordrecht. 606 pp.
- Pai A. y Shenoy C. 2021.** In-vitro antidiabetic activity of methanolic extract of leaves and fruits of *Pouteria campechiana* (Kunth) Baehni. *Biomedicine* 41(4): 756-762.
- Pertiwi S.R., Nurhalimah S. y Aminullah A. 2020.** Optimization on process of ripe canistel (*Pouteria campechiana*) fruit flour based on several quality characteristics. *Brazilian Journal of Food Technology* 23: e2019056. <https://doi.org/10.1590/1981-6723.05619>
- Sethuraman G., Nizar N.M.M., Muhamad F.N., Tengku T.A.S., Suhairi M., ... Azam-Ali S. 2020.** Nutritional composition of canistel (*Pouteria campechiana* (Kunth) Baehni). *International Journal of Food Science and Nutrition* 5(6): 53-57.
- Tran H.X., Huynh H.L. y Nguyen T.T. 2021.** Effect of hydrolysis on tannin and carotenoid contents, and antioxidant activity of *Pouteria campechiana*. *International Journal of Agricultural Sciences* 4(1): 1-7. <https://doi.org/10.25077/ijasc.4.1.1-7.2020>
- WFO. 2024. World Flora Online.** <http://www.worldfloraonline.org> (consultado 15 marzo 2024).

Desde el Herbario CICY, 16: 180-184 (05-septiembre-2024), es una publicación semanal editada por el Herbario CICY del Centro de Investigación Científica de Yucatán, A.C., con oficinas en Calle 43 x 32 y 34 No. 130, Col. Chuburná de Hidalgo, C.P. 97205, Mérida, Yucatán, México. Tel. 52 (999) 942-8330 Ext. 110, www.cicy.mx/Sitios/Desde_Herbario/, webmas@cicy.mx. Editores responsables: Rodrigo Duno de Stefano, Patricia Rivera Pérez y Lilia Lorena Can Itzá. Reserva de Derechos al Título Exclusivo No. 04-2016-041413195700-203, otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor, ISSN: 2395-8790. Responsable de la publicación: José Fernely Aguilar Cruz, Calle 43 x 32 y 34 No. 130, Col. Chuburná de Hidalgo, C.P. 97205, Mérida, Yucatán, México. Fecha de última modificación: 05 de septiembre de 2024. Las opiniones expuestas por los autores no necesariamente expresan la postura del editor de la publicación. De la misma manera, la responsabilidad sobre la veracidad y la precisión de los contenidos, le corresponde totalmente a los autores de los ensayos.