






FRAGOLE

Di origine antichissima, le fragole si distinguono in due grandi varietà: le fragole unifere, che producono frutti grossi una sola volta l'anno (in autunno) e le fragole rifioventi che producono frutti più piccoli dalla primavera fino all'autunno.

L'Italia è uno dei maggiori produttori al mondo e le zone di produzione si concentrano in Campania, Veneto, Emilia Romagna e Piemonte.

Proprietà: le fragole hanno proprietà antipiretiche, antireumatiche, remineralizzanti, ipotensive, lassative, antibatteriche e toniche. Essendo ricche di vitamina C (quasi quanto gli agrumi) stimolano il sistema immunitario inoltre grazie alla presenza del potassio sono anche diuretiche.

Composizione chimica (%) e valore energetico per 100 gr di parte edibile	
Proteine	 13%
Lipidi	 13%
Carboidrati	 74%
Calorie	27

Fonte INRAN



Lo sapevi che: apprezzatissime dagli antichi romani, secondo la leggenda alla morte del dio Adone, Venere pianse lacrime copiose che, quando arrivarono a terra, si materializzarono in piccoli cuoricini rossi: erano nate le fragole!

VARIETÀ



Gorella ha la caratteristica forma di cuore, i frutti sono succosi e grandi, di colore rosso intenso. Varietà estiva precoce, produzione abbondante.



Alba molto adatta agli ambienti dell'Italia centro settentrionale, viene prodotta nel cesenate, Marche Abruzzo e Veneto. Di forma conica allungata, presenta un colore rosso chiaro brillante.



Roxana prodotta in Emilia Romagna e Veneto, presenta frutti di dimensioni medio-grosse, forma conica allungata e colore rosso intenso.



Candoga prodotta in Basilicata, Campania e Sicilia ha forma conico allungata, molto regolare. Di polpa consistente, risulta molto dolce.



Camarosa molto diffusa al Sud in particolare in Basilicata e Campania ha frutti di grossa pezzatura con forma conico-allungata. La polpa risulta molto consistente e di ottimo sapore.