

ZUCCHINA TONDA

Nutrition Facts

Le zucchine tonde mantengono le stesse caratteristiche delle zucchine allungate ma meno comuni.

Hanno un contenuto ridottissimo di calorie che le rende particolarmente adatte nelle diete ipocaloriche.

Tra le varietà tradizionali italiane, troviamo la zuccina "tonda di Nizza" più conosciuta e diffusa.

PROVENIENZA:

Pachino

• STAGIONALITÀ:

Novembre - Maggio

PESO:

100gr - 450gr

ASPETTO:

Forma sferica, leggermente appiattita ai poli e presenta un colore verde chiaro.



CARATTERISTICHE ORGANOLETTICHE:

Tra i nutrienti troviamo tanto potassio, acido folico, vitamina E e vitamina C.

Sono, inoltre, iuretiche e aiutano a contrastare i problemi delle vie urinarie, sono valide alleate di chi soffre di infiammazioni intestinali e sono molto utili in caso di stitichezza.

