

L'INIZIATIVA DI **COLDIRETTI-CAMPAGNA AMICA** **RISCHIO SBALZI TEMPERATURA** **LA FRUTTA È IL MIGLIOR ALLEATO**

Quest'anno la qualità del melone precoce è molto alta. E fa bene



Alcuni ragazzi all'ex Arsenale hanno fatto merenda a base di meloni

L'arrivo improvviso del caldo, dopo un maggio piovoso e freddo, fa aumentare il rischio di malesseri, cali di pressione o raffreddori ed è quindi opportuno difendersi con una corretta alimentazione. Lo sostiene **Coldiretti** Verona indicando nel consumo di frutta di stagione come melone, ciliegie e albicocche il miglior modo per combattere i colpi di caldo e l'eccessiva sudorazione perché rinfrescanti, ricchi di vitamine e sali minerali, indispensabili per non affaticare troppo l'organismo. Vero è anche che il caldo di questi giorni favorisce finalmente la maturazione della frutta, in ritardo a causa del freddo e delle precipitazioni non stop, rendendola più dolce e gustosa. Il melone è stato oggi offerto come esempio di cibo ideale "spezzafame" a circa 200 ragazzi delle classi seconde di quattro scuole secondarie di primo grado di Verona e provincia, che hanno partecipato al concorso sulla merenda "Amica della Terra" proponendo idee gustose e salutari per lo spuntino di metà mattina. I ragazzi, accompagnati dai loro insegnanti,



hanno presentato la loro merenda ideale, con nome, logo e modalità di confezionamento a una giuria di esperti nelle tematiche della nutrizione, gastronomia, marketing e comunicazione, agricoltura e sostenibilità. "Il melone è un frutto gustoso, rinfrescante, reidratante ed adatto alla stagione calda. - evidenzia Maria **Cristina Giacona**, medico nutrizionista - Ci prepara all'abbronzatura grazie alla presenza di antiossidanti come vitamine A e C, è ricco di sali minerali e perfetto per chi pratica sport. E' un frutto adatto a tutte le età". "Quest'anno la qualità del melone precoce è molto alta - afferma **Riccardo Bonfante**, prodotto-

re di Gazzo Veronese e presidente sezionale di **Coldiretti** - poiché i tempi lunghi di maturazione hanno sviluppato maggiormente la parte zuccherina del frutto. Purtroppo, noi produttori rileviamo poca attenzione da parte degli operatori commerciali tanto che i consumatori rischiano di trovare con più facilità meloni stranieri provenienti da Marocco, Senegal e Spagna piuttosto che locali". **Coldiretti** ricorda che l'Italia è al vertice a livello mondiale per il minor numero di prodotti agroalimentari con residui chimici irregolari (0,4%) rispetto ad un valore medio dell'1,4% a livello comunitario e al 5,7% a livello extracomunitario.