

11 Luglio 2016

Citrus

## Il pomodoro Sughello fa bene e aiuta la ricerca scientifica

Questa varietà mini oblunga dall'anima siciliana rientra nella selezione Citrus per la linea "L'Orto Italiano", approvata da Fondazione Umberto Veronesi



Salute e bellezza

C'è anche il **pomodoro Sughello** tra le specialità a marchio **L'Orto Italiano Citrus** che aiutano la ricerca scientifica. Questa varietà di mini oblungo, coltivato nella zona di Pachino con **semi 100% italiani**, figura infatti nella selezione di frutta e ortaggi a filiera controllata, la cui vendita aiuta gli studi scientifici sostenuti dalla **Fondazione Umberto Veronesi** nell'ambito della **Nutrigenomica** [1] e promuove l'educazione alimentare.

**L'orto italiano di Citrus: la filiera italiana controllata per aiutare la ricerca scientifica su cibo e salute** [2]

E così, nel cuore dell'estate pare non ci sia nulla di meglio che portare in tavola questo rosso **elisir di benessere**. Il pomodoro contiene infatti vitamina C ed E. Inoltre, il suo principale composto fitochimico è il **licopene**, un importante antiossidante [3] che contribuisce a rallentare l'invecchiamento cellulare e a prevenire l'insorgenza di tumori. In particolare, studi scientifici hanno associato il consumo di licopene alla diminuzione di rischio per il cancro alla prostata allo stomaco e al colon retto, oltre che alla diminuzione del rischio d'infarto.

Altri composti fitochimici del pomodoro Sughello sono i **flavonoidi**, antiossidanti naturali a cui si aggiungono i **fitosteroli**, molecole che grazie alla loro natura competono con l'assorbimento intestinale del colesterolo, contribuendo a tenerne a bada il livello nell'organismo. Il Sughello siciliano è un ottimo ingrediente per preparazioni fresche e veloci. Ideale per fantasiose insalate ai cinque colori [4], oppure semplicemente condito con olio e aromi [5] diventa un semplice e gustoso **contorno di stagione**.

*Come tutti i prodotti della linea Orto Italiano, anche il pomodoro Sughello è stato selezionato con il supporto della Fondazione Umberto Veronesi. La scelta si basa su dati scientifici in merito ai valori*

*nutrizionali e ai potenziali effetti benefici di questa verdura.*

*L'Orto Italiano di Citrus [6] è una linea di prodotti agricoli a filiera controllata per una clientela attenta a un'alimentazione sana e consapevole che, attraverso il proprio acquisto, può sostenere la ricerca scientifica della Fondazione Umberto Veronesi [7]. Per ogni chilogrammo venduto della linea Orto Italiano, parte del ricavato è devoluto alla ricerca [8]: in particolare alla Nutrigenomica, scienza che studia l'interazione tra DNA e le molecole presenti nei cibi.*

**Mangiare per stare bene: il progetto Citrus [9]**

**Potrebbe interessarti anche**

Centrifugati da bere: tre ricette al gusto d'estate [10]

Le magiche virtù della salvia [11]

---

## **Links**

[1] <http://www.fondazioneveronesi.it/sostegno-alla-ricerca/progetti-e-ricercatori-del-2014/vincitori-2014-nutrigenomica-e-prevenzione-d>

[2] <https://www.territori.coop.it/benessere/1%E2%80%99orto-italiano-di-citrus-nuova-linea-filiera-controllata-aiutare-la-ricerca-su-cibo-e>

[3] <http://www.fondazioneveronesi.it/articoli/alimentazione/antiossidanti-le-sentinelle-della-nostra-salute>

[4] <http://www.fondazioneveronesi.it/articoli/alimentazione/ogni-giorno-5-porzioni-e-5-colori/>

[5] <http://www.territori.coop.it/benessere/il-timo-pianta-balsamica-che-sostiene-la-ricerca-della-fondazione-veronesi>

[6] <http://www.citrusitalia.it/>

[7] <http://www.fondazioneveronesi.it/>

[8] <http://www.territori.coop.it/benessere/citrus-sostiene-salute-e-scienza-consegnata-la-borsa-di-ricerca-annuale-alla-fondazione>

[9] <https://www.territori.coop.it/benessere/mangiare-bene-stare-bene-il-progetto-citrus>

[10] <https://www.territori.coop.it/benessere/centrifugati-da-bere-tre-ricette-al-gusto-d-estate>

[11] <https://www.territori.coop.it/benessere/le-magiche-virt%C3%B9-della-salvia>