



NUTRIRSI BENE. UN INSEGNAMENTO CHE FRUTTA.

Settimana da lunedì 19 a venerdì 22 aprile 2016

SCUOLE PRIMARIE

E. FERMI (Via Carnia) – SCUOLA B. MUNARI (Via Feltre)

CONSEGNA	DISTRIBUZIONE	PRODOTTO
LUNEDI' 20/04/2016	LUNEDI' 20/04/2016	Pera
LUNEDI' 20/04/2016	MARTEDI' 21/04/2016	Mela golden delicious



Per saperne di più ...

**Dove cresce:** il pero è una pianta originaria del Sud Europa e i suoi frutti erano consumati dall'uomo già

anticamente, come testimoniano reperti risalenti all'Età della Pietra. Cresce in tutta l'Italia settentrionale e oggi viene coltivato soprattutto in Emilia Romagna.

**Com'è il frutto?**

Tondo con la parte alta allungata verso il picciolo, ha una forma caratteristica. La buccia può essere liscia o leggermente ruvida.

**Che gusto ha?**

La pera ha una polpa dolce caratterizzata da piccoli granellini. Mangiala fresca, ma provala anche cotta, con cannella e zucchero, o scioppata. Il succo di pera è uno dei più amati dai bambini.

**Quali sono le sue proprietà nutritive:** è un frutto ottimo da mangiare anche fuori pasto perché contiene poche calorie. Ha invece vitamine, fibre e soprattutto potassio.

(v. [http://www.fruttanellescuole.gov.it/content\\_frutto/pera](http://www.fruttanellescuole.gov.it/content_frutto/pera))