

## **PRODOTTO:**

Pomodori

## **INGREDIENTI / ALLERGENI:**

Pomodori verde

## **CONSIGLI D'USO E AVVERTENZE:**

Tipo: Cucina/ a crudo/ all'insalata

## **DENOMINAZIONE DI VENDITA:**

Pomodori Tondo Verde

## **ALTRE INFORMAZIONI:**

Come abbiamo visto, il pomodoro, seppur entrato relativamente tardi - rispetto agli altri ortaggi importati dalle Americhe - nella cucina italiana, è divenuto un alimento base della [dieta mediterranea](#).

I pomodori sono ricchi d'acqua, che ne costituisce oltre il 94%; i [carboidrati](#) rappresentano quasi il 3%, mentre le [proteine](#) sono calcolate intorno all'1,2%, le [fibre](#) all'1% e, da ultimo, i [grassi](#) rappresentano solamente lo 0,2%. Per questo, cento grammi di pomodoro fresco apportano solamente 17 Kcal.

I pomodori contengono discreti quantitativi vitaminici: si ricordano [Vitamine del gruppo B](#), [acido ascorbico](#), [vitamina D](#) e, soprattutto, vitamina E, che assicurano al pomodoro le note proprietà [antiossidanti](#) e [vitaminizzanti](#).

Cospicua anche la componente [minerale](#): [ferro](#), [zinco](#), [selenio](#), [fosforo](#) e [calcio](#) associati a citrati, tartrati e [nitrati](#) agiscono in sinergia assicurando proprietà [rimineralizzanti](#) ed antiradicaliche.

Modico anche il contenuto di acidi organici, quali [malico](#), [citrico](#), [succinico](#) e gluteninico, utili per [favorire la digestione](#).

## **CONFEZIONATO DA:**

Bc S.r.l. "Piattaforma Ortofrutta" Via Rella S.n.c. Zona P.i.P. Forchia (BN)