

## UniOrto

Presso lo spaccio UNIORTO, i dipendenti dell'Università di Pisa possono acquistare, oltre agli ortaggi di stagione, anche il latte intero pastorizzato e lo yogurt bianco naturale ottenuti dal latte delle mucche della stalla del Centro (presso la quale rimane comunque attivo il servizio Bancolat con il suo distributore di latte crudo) e frutta di stagione proveniente dai campi del Dipartimento di Scienze Agrarie, Alimentari e Agro-ambientali.



Oltre a prodotti "sempre disponibili", sono in vendita anche quelli a maggiore stagionalità (quindi presenti in campo soltanto per brevi periodi come la frutta, i pomodori da conserva, ecc.).

Questi ultimi potranno essere acquistati al dettaglio presso lo spaccio al momento del ritiro della merce prenotata.

I prodotti in vendita allo spaccio potranno essere acquistati soltanto dai dipendenti dell'Università di Pisa attraverso un servizio di prenotazione e ciò permetterà al Centro di programmare la raccolta dei prodotti direttamente il giorno prima del ritiro da parte del cliente.

**Modalità di prenotazione:** per motivi organizzativi sarà possibile effettuare la prenotazione esclusivamente nella giornata del lunedì dalle ore 9:30 alle ore 12.30 inviando (preferibilmente) una e-mail all'indirizzo [venditadiretta.ciraa@gmail.com](mailto:venditadiretta.ciraa@gmail.com), oppure telefonando ai numeri 050-2210549/8.

## VADEMECUM melanzane

Tutti i sapori dell'UniOrto



Centro di ricerca agro-ambientale

Enrico Avanzi

Collana "Tutti i sapori dell'UniOrto"

## Le nostre melanzane..

Il suo nome scientifico è *Solanum melongena* L., o più comunemente melanzana; si presenta come una bacca carnosa con diverse forme e colori a seconda delle varietà. È un valido supporto nelle diete ipocaloriche poiché, facendo attenzione a non esagerare con i condimenti, ha poche calorie ed è ricca di vitamine, potassio, fosforo, acido folico, sodio e calcio. Le melanzane più delicate sono quelle dalla forma oblunga o rotonda, mentre le più piccanti sono quelle allungate.



Il consumo deve avvenire assolutamente dopo un processo di cottura! Le melanzane crude contengono al loro interno una notevole quantità di solanina, alcaloide glicosidico tossico, la cui assunzione in dosi esagerate può dare effetti collaterali sgradevoli (sonnolenza, nausea ecc.). Con il trattamento termico la solanina presente viene ridotta e non crea fastidi.

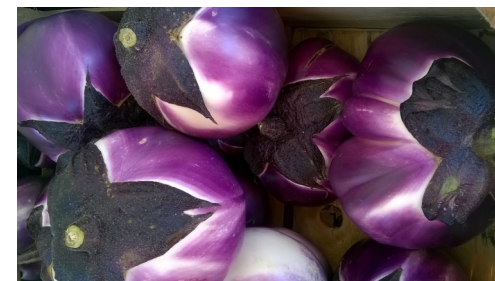
Ecco il motivo per il quale la melanzana cruda ha quello sgradevole sapore amaro, che si può eliminare cospargendo le fette con il sale grosso e lasciandole spurgare per un paio d'ore. Basterà pulirle con uno strofinaccio per eliminare i residui di sale. In questo modo la polpa avrà rilasciato il liquido amarognolo e sarà pronta per essere cucinata.

### Le (nostre) varietà..

- **Dalia:** pianta di medio vigore, estremamente produttiva e precoce. Di grande adattabilità, ideale sia per produzioni in campo aperto che in serra primaverile. Frutto a tipologia ovale di dimensione 12x15 cm, di colore nero brillante e calice verde medio. Frutti molto versatili sia per il mercato fresco che per l'industria.\*
- **Valentina:** ibrido di melanzana a frutto allungato. La pianta è produttiva, di buon vigore e particolarmente adatta per le coltivazioni in pieno campo. Varietà molto produttiva, garantisce al produttore uniformità dei frutti sia nella dimensione che nel colore. I frutti sono sempre di dimensioni 20-23 cm, di colore nero/purpureo e lucente. Il calice è verde, di medie dimensioni, con la presenza di qualche spina.\*\*
- **Purpura:** pianta rustica e di buon vigore, ad elevata produttività, tollera bene gli sbalzi termici ed è molto produttiva con frutti di ottima qualità. Le dimensioni del frutto sono 12x10 cm. Ottima consistenza e ottima resistenza all'ossidazione. Il sapore delicato la rende ottima per la cottura a fette fritte o arrostita.\*\*\*



\*tratto da: <https://seminis.it/prodotto/dalia/279> \*\*tratto da: <https://seminis.it/prodotto/valentina/272> \*\*\*tratto da: <http://www.floricolturapironi.it/images/schede/superortov/Melanzana%20violetta%20ibrida%20Purpura%20F1.pdf>



Melanzana Purpura (tonda violetta)



Melanzana Dalia (ovale)

### Curiosità: *Maschera di bellezza con la melanzana?*

Nella cosmesi, la melanzana, viene utilizzata per la preparazione di creme viso o maschere di bellezza grazie al suo potere idratante e nutriente.

In casa si può preparare una maschera fai-da-te per il viso con della polpa schiacciata con una forchetta e l'aggiunta di un paio di cucchiaini di yogurt. Va applicata per una ventina di minuti ed è un vero toccasana per le pelli stanche!