MELONE "PIEL DE SAPO"

SCHEDA TECNICA

Il Melone Piel de Sapo è una varietà dalla forma ovale con buccia liscia o rugosa, verde o leggermente maculata. La sua polpa è bianca mielata, dalla consistenza croccante e dal gusto molto zuccherino. Indicato in ogni momento della giornata è un alimento molto versatile in cucina in cui viene impiegato per la realizzazione di ricette sia dolci che salate.
Il melone piel de sappo grazie alle sue proprietà, è considerato un frutto rinfrescate, diuretico e dissetante.
E' un alimento ricco di sali minerali (potassio, il fosforo e il calcio), vitamine e di sostanze antiossidanti.
Contiene anche una buona quantità di fibre che favoriscono il senso di sazietà e regolano l'assorbimento di zuccheri e grassi.
E' un frutto poco calorico perfetto anche nelle diete ipocaloriche.
Fresco e dissetante, è un alimento molto versatile che viene consumato in molti molti momenti della giornata.
Dalla colazione/merenda, in aggiunta a yogurt, frutta fresca e secca, è ottimo da solo per uno spuntino rinfrescante.
Questo frutto è un'ingrediente estivo principe sia per antipasti che a fine pasto.
Può essere servito come dessert da solo oltre che nelle macedonie di frutta, frullati, gelati e sorbetti.
Il Melone Piel de Sapo, prende il suo nome dal dialetto sardo, con il significato di "Pelle di Rospo".
E' un prodotto tipico a ciclo stagionale coltivato in diverse località della Sardegna.

Periodo di raccolta

Gennaio	☐	☐	☐	☐
Febbraio	☐	☐	☐	☐
Marzo	☐	☐	☐	☐
Aprile	☐	☐	☐	☐
Maggio	☐	☐	☐	☐
Giugno	☐	☐	☐	☐
Luglio	☐	☐	■	■
Agosto	■	■	■	■
Settembre	■	■	■	☐
Ottobre	☐	☐	☐	☐
Novembre	☐	☐	☐	☐
Dicembre	☐	☐	☐	☐