

Il limone (*Citrus limon*)

01 febbraio 2013

Il Limone (dall'arabo limun) è una pianta sempreverde della fam. Rutacee originaria dell'Asia orientale, introdotta nella regione mediterranea dagli Arabi intorno al 1000.

La storia del limone è strettamente legata al Mediterraneo, ma molto probabilmente questo frutto è originario dell'Asia e più probabilmente dell'India.

Gli alberi di limone vengono coltivati in tutte le regioni tropicali e subtropicali del mondo e in particolare in Italia, Spagna, Portogallo e California. Il limone, tipica pianta dei paesi con clima subtropicale tiepido e temperato-caldo, risulta, sotto il profilo colturale, più esigente dell'arancio e del mandarino e per questo è meno diffuso. È sensibile al gelo e alle basse temperature, scarsamente resistente alla siccità e poco tollerante del vento. Predilige terreni di medio impasto, ricchi di sostanze organiche, profondi e ben drenati.

Il limone è una pianta alta fino a quattro, cinque metri, con corteccia liscia di colore bruno scuro o grigio cupo e chioma tondeggianti disordinate. L'albero presenta rami provvisti di piccole spine, foglie coriacee, ovate-oblungate, appuntite e lievemente seghettate ai margini, e dalla fine di marzo, inizi di aprile, offre profumatissimi fiori bianchi a cinque lobi. Si tratta di una pianta rifiorente, alcune cultivar presentano più fioriture durante il corso dell'anno ed i frutti maturano in tutte le stagioni.

Raramente riprodotte per seme, quasi tutte le piante di limone coltivate vengono propagate per innesto, anche su altre specie di agrumi, come l'arancio o il pompelmo. La distanza tra i filari varia dai 5 agli 8 m, a seconda della varietà, del clima e della topografia della regione. A eccezione delle zone in cui le temperature rigide ritardano la fioritura, la maturazione dei frutti in alcuni casi prosegue per tutto l'arco dell'anno.

Nelle regioni a clima più freddo i limoni vengono spesso coltivati a scopo ornamentale, in apposite serre, chiamate limoniere, che nelle stagioni calde vengono aperte.

Dal limone si ottiene un succo, impiegato per la preparazione di bibite, condimenti per insalate e pesce, e come composto aromatico. In passato la polpa era utilizzata per l'estrazione industriale di acido citrico, mentre attualmente è impiegata nell'industria farmaceutica per estrarre vitamina C.

Gli alberi di limone nella fase di maturità possono produrre tra i 1000 e i 2000 frutti all'anno. La raccolta del limone viene effettuata quando i frutti hanno un peso di circa 80 gr.

La raccolta è scalare come la fioritura.

I limoni vengono catalogati, in funzione del momento di raccolta, in:

"primofiore" - raccolti da fine settembre a fine novembre;

"invernali" - raccolti da dicembre ad aprile;

"bianchetti" - raccolti tra aprile e maggio;

"verdelli" - raccolti tra giugno e inizio settembre.

Le varietà più diffuse in Italia sono: Femminello comune o ovale, Femminello Siracusano, Femminello S. Teresa, Femminello Continella, Femminello sfusato o Favazzina, Femminello Dosaco, Femminello Zagara bianca, Interdonato, Lunario tondo o arancino, Lunario sfusato o di Palermo, Monachello, Limone ovale di Sorrento (detto anche Limone Massalubrense), Limone di Amalfi, Limone di Procida.

Oltre che per usi alimentari (nel court-bouillon per la cottura del pesce, in varie preparazioni agrodolci, per acidulare l'acqua di cottura di vari alimenti, tagliato a fette o a spicchi, come guarnizione di vari piatti), il limone è usato per

COMPOSIZIONE CHIMICA DEL LIMONE

Unità di misura

VALORE per 100 g. di parte edibile

Parte edibile

%

64

Acqua

g.

89,5

Proteine

g.

0,6

Lipidi

g.

0

Glucidi:

disponibili

g.

2,3

amido

g.

0

solubili

g.

2,3

fibra

g.

0

Energia:

Kcal

Kj

11

46

Sodio

mg.

2

Potassio

mg.

140

Ferro

mg.

0,1

Calcio mg. 32

mg.

14

Fosforo

mg.

11

Tiamina (vit. B1)

mg.

0,0

Riboflavina (vit. B2) mg. 0,07

mg. 0,07

0,01

Niacina (vit. PP)

mg. 0,3

0,3

Vitamina A retinolo eq.

mcg.

0

Vitamina C

mg.

50

(Fonte: Istituto Nazionale della Nutrizione)