

# Alimento da scoprire:



## *la Zucchini*

### **COS'È?**

La zucchini è una pianta annuale appartenente alla famiglia delle cucurbitacee, una delle famiglie vegetali con il più alto numero di specie utilizzate come cibo dall'uomo. Tra le più familiari, oltre alla zucchini, ci sono: la zucca gialla, la zucca di Napoli, il cetriolo, il cocomero e il melone. La zucchini è una pianta dalle antiche origini, pare sia stata importata in Europa dopo la scoperta dell'America.

La zucchini ha diverse varietà, molte delle quali ne hanno determinato anche l'aspetto, esistono zucchine verde chiaro e scuro, striate, bianche e gialle e anche nelle forme possono variare molto, ne esistono di diversa grandezza e possono essere sia tonde che di forma allungata inoltre, al contrario di altri tipi di ortaggi, le piante di zucchine sono monoiche, ovvero hanno fiori maschili e femminili sulla stessa pianta, separati ma conviventi.

Le zucchine hanno un basso valore calorico e sono composte per il 95% d'acqua; contengono vitamina A, C e carotenoidi, pigmenti organici responsabili del colore.

Molto apprezzate in cucina, le zucchine si prestano per diverse preparazioni da sole o con altri ingredienti, primi piatti ma anche contorni e secondi piatti. Delle zucchine si utilizzano in cucina anche i fiori.

### **LA CURIOSITÀ**

Le zucchine vengono raccolte prima del loro massimo accrescimento perché i semi per quantità e dimensione non le renderebbero più commestibili.





**GIOCA**

Sai trovare le parole nello schema? Puoi cercarle in orizzontale, verticale, obliquo

**ZUCCHINA – FIORE – PIANTA - CUCURBITACEE**

A	F	V	S	N	R	L	C	E	S	R	E	E	R	S
E	I	V	C	Z	V	E	E	V	T	M	Z	A	W	E
A	O	R	T	Y	U	I	M	I	Z	I	L	C	E	O
M	R	U	Y	B	V	C	I	A	E	R	T	V	B	X
Y	E	I	N	M	U	Q	C	R	T	Y	U	I	O	P
Z	X	C	V	D	E	R	G	H	J	M	R	Q	Y	T
B	N	B	V	C	M	L	L	O	I	T	Q	A	S	Z
X	C	U	L	U	N	B	I	R	F	N	S	E	E	C
C	W	E	B	N	M	E	T	U	I	L	A	N	T	S
N	C	U	C	U	R	B	I	T	A	C	E	E	Z	Q
A	V	E	T	P	I	A	N	T	A	O	P	A	E	S
F	R	V	B	S	E	T	H	N	L	C	W	Q	I	E
B	M	L	U	I	H	R	V	N	O	L	E	W	T	P
W	R	V	S	X	N	R	I	R	E	A	I	L	C	M
Q	A	Z	W	D	V	T	G	N	U	J	M	I	O	L

**TROVA LE 7 DIFFERENZE**

