

---

## **Consumi: Coldiretti, ciliegia da 33 grammi. È record mondiale in provincia di Torino**

È nuovo record del mondo con la raccolta in Italia di una ciliegia di 33 grammi. Lo rende noto Coldiretti nel sottolineare che il pregiato frutto di stagione è stato prodotto nell'azienda di Pecetto in provincia di Torino di proprietà della famiglia Rosso presente nei mercati di Campagna amica. "Il primato è stato raggiunto – spiega Coldiretti – seguendo il regolamento del Guinness World Records" che attraverso i misuratori ufficiali italiani dell'Istituto nazionale di ricerca metrologica ha certificato la misura record di 33,0518 grammi con una bilancia precisa al decimillesimo di grammo. La ciliegia gigante appartiene alla varietà Carmen e il record è stato realizzato in una annata non particolarmente favorevole, nella quale il maltempo ha decimato la frutta italiana con la perdita di una ciliegia Made in Italy su quattro ed una produzione nazionale complessiva attorno agli 80 milioni di chili, il 25% in meno, secondo le stime Coldiretti. Nonostante questo, l'Italia è il principale produttore dell'Unione europea con quasi 30mila ettari coltivati situati per il 62% in Puglia, seguita da Campania, Emilia-Romagna, Veneto e Lazio. Le ciliegie possiedono proprietà benefiche per l'organismo: contengono moltissimi flavonoidi (polifenoli), sostanze antiossidanti che contrastano i radicali liberi e rallentano il processo di invecchiamento cellulare. I flavonoidi presenti, specialmente gli antociani, le rendono peraltro un ottimo rimedio antidolorifico, con effetto simile a quella dell'aspirina. Oltre ad avere poche calorie, contengono vitamina A, vitamina C e vitamine del gruppo B. Sono inoltre una fonte di sali minerali, come ferro, calcio, magnesio, potassio e zolfo, di oligoelementi importanti come rame, zinco, manganese e cobalto. Le ciliegie contengono infine melatonina, un ormone che favorisce il sonno in condizioni quanto più fisiologiche possibili.

Giovanna Pasqualin Traversa