

# LA SCIENZA DELLE VERDURE

Con Dario Bressanini

## APPROFONDIMENTI

### Pomodori: frutta o verdura?

I pomodori sono frutti o verdure? Sicuramente ortaggi, per i cuochi verdure, per i botanici frutti. Alcuni articoli e video per approfondire la curiosa storia della bacca più famosa e versatile al mondo.

- <https://www.nationalgeographic.com/culture/article/fruit-or-vegetable> (ENG)
- <https://www.britannica.com/story/is-a-tomato-a-fruit-or-a-vegetable> (ENG)
- <https://pomodoro.museidelcibo.it/>

Parole chiave: **pomodoro, musei, agricoltura, inglese**

### Le carote sono naturali?

In questo video Dario Bressanini prende spunto dalla storia della diffusione della carota e delle diverse varietà per riflettere sulla nostra idea di quello che viene considerato naturale e quello che invece è etichettato come artificiale.

- <https://youtu.be/ZSSa6sgUzxs>

Parole chiave: **carote, selezione, storia**

### Si fa presto a dire patata

La patata è uno dei vegetali più diffusi al mondo e base della dieta di molte popolazioni. Nonostante ci sembri oggi impossibile eliminarla dalla nostra cucina, questo ortaggio è arrivato in Europa solo nel XVI secolo dalle regioni andine, ed è proprio qui che tuttora ne vengono coltivate un numero di specie e varietà enormemente superiore a quelle che arrivano sulle nostre tavole. Alcuni spunti per scoprire di più sulla sua storia e diversità:

- <http://www.fao.org/potato-2008/en/potato/origins.html> (Sito della FAO dedicato all'Anno Internazionale della Patata) (ENG)
- <https://cipotato.org/> (International Potato Center) (ENG)

Parole chiave: **geografia, storia, inglese, patata**

## ESPERIENZE (attività, laboratori, riflessioni o altro)

### Colori del cavolo

Le antocianine sono una classe di pigmenti responsabile della colorazione di molti vegetali nelle diverse tonalità del blu, viola e rosso. Dal punto di vista nutrizionale ci interessano le loro proprietà antiossidanti, ma in cucina (o in laboratorio) possiamo sfruttare la caratteristica di queste molecole di cambiare colore a seconda del pH dell'ambiente in cui si trovano per realizzare interessanti esperimenti scientifici e culinari.

- <http://bressanini-lescienze.blogautore.espresso.repubblica.it/2010/06/07/colore-rosso-le-antocianine/>
- <http://bressanini-lescienze.blogautore.espresso.repubblica.it/2012/01/26/estrazione-in-viola/>
- <http://bressanini-lescienze.blogautore.espresso.repubblica.it/2014/01/13/patate-viola-e-cavolfiori-rosa/>
- <http://bressanini-lescienze.blogautore.espresso.repubblica.it/2012/01/30/di-cibi-acidi-alcilini-e-meringhe-colorate/>

Parole chiave: **antocianine, pigmenti, esperimento**

## LO SAPEVI CHE...

### Patate tossiche

Le patate già cucinate si possono conservare in frigorifero come molti altri cibi o sono tossiche? E le patate crude? A questi comuni dubbi risponde con rigore di chimico Dario Bressanini in un articolo pubblicato sul suo blog.

- <http://bressanini-lescienze.blogautore.espresso.repubblica.it/2012/10/08/miti-culinari-8-le-patate-conservate-diventano-tossiche/comment-page-2/>

### I colori che fanno bene

Sono ormai all'ordine del giorno le pubblicità di succhi e insalate che, a seconda del colore dominante dei vegetali che li compongono, dovrebbero "far bene" e aiutare diverse funzioni del nostro organismo. Ma sarà vero? In realtà c'è un fondamento scientifico a questa azione di marketing che prende spunto dal fatto che alcuni nutrienti importanti per la nostra salute sono anche dei pigmenti e conferiscono ai vegetali che li contengono colori caratteristici come l'arancio per i carotenoidi o il viola per le antocianine.

- [https://www.uniud.it/it/ricerca/divulgazione-scientifica/raccontare-la-scienza/parliamo-di/Colore\\_dei\\_cibi](https://www.uniud.it/it/ricerca/divulgazione-scientifica/raccontare-la-scienza/parliamo-di/Colore_dei_cibi)