

L'ALBERO, GLI ALBERI

IL FRUTTO, I FRUTTI, LA FRUTTA

L'albicocco è l'albero delle albicocche.

L'albicocca è il frutto dell'albicocco.



L'ALBICOCCO nasce in Cina e si diffonde in Persia e in Armenia, poi arriva sulle coste del Mar Mediterraneo. E' una pianta che ama il caldo. Non ama il vento freddo dell'inverno.

In primavera i suoi fiori sbocciano e sono di colore bianco-rosato.



I suoi frutti, **le ALBICOCCHE**, si raccolgono in primavera e in estate. Le albicocche sono buone da mangiare, sono molto dolci e succose. Le albicocche contengono la **vitamina A**, una sostanza che fa bene alla nostra pelle, e la **vitamina C**. Inoltre, aiutano la crescita delle ossa e contengono anche il **ferro**.



In Italia vengono consumate sia crude (fresche, secche, succhi, frullati) sia cotte (marmellate). Sono un ingrediente per la preparazione di **dolci e torte**.



Dal **nocciolo** (all'interno del frutto) si estrae un **olio** molto utile in **cosmetica**, sia per la **pelle** che per i **capelli**.



I **semi**, simili ad una mandorla, si trovano all'interno del nocciolo e hanno delle proprietà **medicinali**, anche se bisogna fare attenzione perché possono essere velenosi.

Le popolazioni del **Pakistan** conoscono e usano i **semi** per curare il corpo: il **popolo Hunza**, in particolare, conosce i benefici e li utilizza da molti secoli.