

## Gli agrumi

01 febbraio 2013

### Storia e diffusione

L'origine degli agrumi coltivati non ha un punto unico di riferimento, perché comprende vaste zone delle regioni tropicali, tutte però appartenenti all'Asia Orientale. Le coltivazioni più antiche si sarebbero sviluppate, almeno 4 mila anni fa in India, Indonesia e nella Cina Meridionale. Successivamente si hanno notizie di coltivazione degli agrumi (cedro) in Babilonia, Grecia e nel Bacino del Mediterraneo. In Italia la coltura del cedro sembra iniziare dal I secolo d.C. in Sicilia, Sardegna, Calabria e Liguria, mentre la coltivazione di altri agrumi viene diffusa dagli Arabi, dai Portoghesi e dai Crociati dall'anno Mille in poi. La loro coltura sul territorio italiano acquista importanza agraria intorno alla fine del secolo XVIII specialmente in Sicilia e nella provincia di Reggio Calabria, dove il clima mite favorì la diffusione delle piantagioni di arancio, cedro, limone e mandarino.

Attualmente gli agrumi sono coltivati in tutto il mondo, in oltre 100 Paesi, dislocati in una fascia che si estende fra il 40° parallelo Nord ed il 40° parallelo Sud, in ambienti pedoclimatici assai variabili. La superficie adibita alla loro coltivazione è di oltre 3 milioni di ettari, con una produzione di circa ottocento cinquanta milioni di quintali. La produzione, oltre a soddisfare il consumo dei Paesi produttori, implica un forte movimento di esportazione in quasi tutti i mesi dell'anno, sia come prodotto fresco che come prodotto trasformato. I Paesi mediterranei maggiori produttori di agrumi sono, in ordine di importanza: Spagna, Italia, Egitto, Turchia, Marocco, Israele, Grecia, Algeria, Tunisia, Cipro, Libano, Portogallo

### Le virtù alimentari e per la salute

Tutti gli agrumi sono particolarmente ricchi di vitamina C, importantissima per il potenziamento delle difese immunitarie contro virus e batteri o agenti chimici. Tale vitamina impedisce che nitriti e nitrati assunti nell'alimentazione si trasformino in nitrosammine, composti cancerogeni. La vitamina C entra in gioco anche in altre complesse funzioni biologiche dell'organismo umano: assicura una guardia attiva e continua contro i radicali acidi, influenza il metabolismo dei carboidrati e degli acidi grassi per trarne energia, favorisce l'assorbimento intestinale del ferro, minerale indispensabile per la formazione dei globuli rossi del sangue, produce una migliore permeabilità della parete dei capillari, combattendone la fragilità. Infine, interviene nel processo di deposizione del calcio e di fosforo nelle ossa e nei denti.