

Arance

Codice prodotto **1425**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Agrumi

Note L'arancio è un albero da frutto appartenente alla famiglia delle Rutacee, il cui frutto è l'arancia, talora chiamata arancia dolce per distinguerla dall'arancia amara.



Arance vaniglia

Codice prodotto **2571**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Agrumi

Note L'arancia Vaniglia appartiene al gruppo di Arance bionde ed è priva di semi, oltre a presentare una pelle degli spicchi molto sottili. Il nome lo deve al suo caratteristico gusto delicato che ricorda la vaniglia, e al suo profumo.



Arancia con foglie

Codice prodotto **2562**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Agrumi

Note È un frutto tondeggiante con buccia leggermente ruvida, inizialmente di colore verde che maturando diventa gialla o arancione-rossastra, foderata all'interno con una massa bianca spugnosa e amara, l'albedo. La polpa è divisa in spicchi che contengono il succo che può avere colore giallo, arancione o rosso.



Asparagi

Codice prodotto **ASPARAGI**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note L'asparago comune o asparagio è una angiosperma monocotiledone che appartiene alla famiglia delle Asparagacee.



Basilico

Codice prodotto **BASILICO**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Piante Aromatiche

Note Il basilico è una pianta erbacea annuale alta fino a 60 cm, con foglie opposte, ovali, lanceolate, a volte bollose, di 2-5 centimetri di lunghezza. Il colore delle foglie varia dal verde pallido al verde intenso, oppure è viola o porpora in alcune varietà.



Broccoli

Codice prodotto **1300**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Ortaggi

Note Il broccolo, chiamato anche cavolo broccolo, è una cultivar di cavolo appartenente al gruppo 'Italica'. I broccoli rientrano nel gruppo di piante di cui non vengono mangiate le foglie bensì le infiorescenze non ancora mature.



Carciofini

Codice prodotto **ALFA1747CARC**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note Cuori croccanti di carciofo, conservati sott'olio con l'aggiunta di foglie d'alloro. Perfetti negli antipasti, nella preparazione di pizze e bruschette o come contorni a taglieri di formaggi, affettati e piatti a base di carne.



Carota

Codice prodotto **3582**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Ortaggi

Note Parliamo oggi di un ortaggio molto comune, sicuramente presente sulle nostre tavole: la carota. Nome scientifico *Daucus carota*, appartiene alla famiglia delle Ombrellifere e cresce nelle zone temperate dell'Europa. I primi esemplari erano in realtà viola, e solo in Olanda, nel 1700, furono selezionate le carote arancioni, così come oggi siamo abituati a vederle. Ne esistono in realtà molte altre varietà: rosse, gialle, nere, bianche. E tutte hanno una caratteristica in comune: fanno davvero bene al nostro organismo!



Castagne

Codice prodotto **CASTAGNE**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Frutta Secca

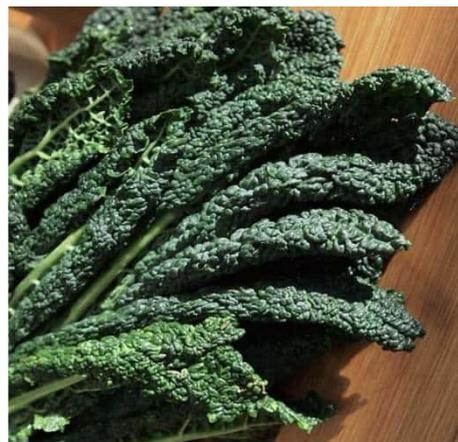
Note Le castagne sono i frutti di alberi del genere *Castanea*, appartenente alla famiglia delle Fagaceae, di cui esistono quattro specie principali: *Castanea vulgaris* o sativa in Europa, *Castanea dentata* in Nord America, *Castanea mollissima* in Cina e *Castanea crenata* in Giappone.



Cavolo toscano

Codice prodotto **3292**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note Pianta grande e produttiva, presenta un fusto eretto con foglie di colore verde scuro rugose e bollose di cui vengono usate quelle superiori e i giovani germogli che si formano sul fusto e sui rami.



Cetriolo

Codice prodotto **CETRIOLO**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note Il cetriolo è un ortaggio appartenente alla famiglia delle Cucurbitaceae, originario dell'Asia orientale e meridionale. È una pianta strisciante o rampicante quando trova dei supporti, ai quali si attacca attraverso i cirri prodotti dai fusti e dai rami. Il fusto, quadrangolare, è peloso con coste più o meno evidenti

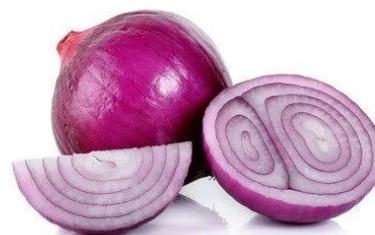


Cipolla Rossa

Codice prodotto **3587**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note La cipolla rossa è un vegetale con valori nutrizionali sorprendenti e proprietà terapeutiche uniche che la scienza ha riconosciuto. Ecco i suoi benefici sulla salute

Quella della cipolla rossa, *Allium cepa*, è una pianta erbacea bulbosa biennale che appartiene alla famiglia delle Liliaceae. Il bulbo commestibile cresce e si sviluppa sotto terra. La parte in superficie invece è formata da un lungo stelo che forma poi un'infiorescenza di color bianco.



Clementine

Codice prodotto ALFA2152CLE
Categoria FRUTTA & VERDURE
Agrumi

Note La clementina è un agrume, un ibrido tra il mandarino mediterraneo e l'arancio dolce. Per questo motivo è anche comunemente conosciuta col nome di mandarancio, che è il nome generico per gli ibridi di arancio e mandarino.



Datterino giallo

Codice prodotto DATTGIAL
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

Note Varietà dalla forma piccola e tonda non ben definita e uniforme, si caratterizza per il colore giallo intenso, il sapore dolce e la bassa presenza di acidità.

Si presenta in grappoli regolari da 14/16 frutti, di forma cilindrica non ben definita e uniforme.

È ricco di sostanze dall'elevato potere antiossidante, capaci di neutralizzare i radicali liberi. Contiene inoltre vitamina C e A e vitamine del gruppo B. È il vero "progenitore" del pomodoro.

Quando, dalle lontane Americhe, fu esportato in Europa, era utilizzato solo per uso ornamentale, grazie alla sua straordinaria bellezza. Ma è proprio dal pomodoro giallo che gli



Fagioli lardari

Codice prodotto 2736
Categoria FRUTTA & VERDURE
Legumi

Note Le taccole sono una specifica varietà di piselli (*Pisum sativum* var. *macrocarpon*) che vengono consumati nella loro interezza, baccello compreso.

Il loro aspetto è molto simile a quello dei piattoni, hanno una forma schiacciata e allungata ma si distinguono per essere un po' più corti e molto più larghi.

Le taccole fresche possono essere consumate crude in insalata anche se è molto più comune lessarle una decina di minuti in acqua salata dopo averle ripulite delle due estremità. Non solo, in molti sono soliti cucinarle direttamente in padella, condendole con olio, sale e pepe.

Possiedono moltissime proprietà positive per l'organismo, sono utili a chi segue una dieta ipocalorica perché contengono pochissime calorie come pure a chi soffre di stipsi, vista l'elevata quantità di fibre utili di cui sono composte.



Fagiolini

Codice prodotto FAGIOLINI
Categoria FRUTTA & VERDURE
Legumi

Note Fagiolini e piattoni sono baccelli raccolti da piante di fagiolo (*Phaseolus vulgaris*) prima che possano maturare e produrre seme.

I fagiolini si caratterizzano per essere lunghi e affusolati mentre i piattoni appaiono larghi e schiacciati, molto simili alle taccole ma tendenzialmente più lunghi di quest'ultime. A differenza dei fagioli, questi due legumi vengono consumati interi previa lessatura o cottura in padella.

I fagiolini, piattoni compresi, possiedono numerose proprietà benefiche per l'organismo, essi infatti contengono ottime dotazioni di fibra, utile per regolare le funzioni digestive, e sali minerali.

Chi consuma fagiolini, inoltre, può contare anche su un bel numero di vitamine, su tutte



Fave

Codice prodotto **2718**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note La Vicia faba, meglio nota come fava o "baccello" (in dialetto toscano), è una pianta erbacea, annuale, della famiglia Fabaceae.

Si tratta di una coltura ampiamente prodotta sia per il consumo umano, sia per il sovescio, sia per l'alimentazione animale.

Nelle sue varietà destinate all'alimentazione umana, trattasi di un legume particolarmente utilizzato nella cucina Europea meridionale e settentrionale, dell'Asia orientale, dell'America Latina e del Nord Africa.



Fichi freschi

Codice prodotto **2488**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Frutta Estevia

Note I fichi freschi, ricchi di fibre, zuccheri, vitamine, calcio e sali minerali, costituiscono un'eccellente fonte di energia e sono indicati per tutti coloro che ricercano un perfetto equilibrio intestinale, senza rinunciare al gusto.

Inoltre, grazie alla presenza massiccia di antiossidanti naturali come i polifenoli, contribuiscono a mantenere giovani le cellule del nostro corpo, esercitano un notevole potere antinfiammatorio e forniscono un aiuto importante al nostro sistema immunitario



Finocchi

Codice prodotto **1740**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note Il finocchio è una pianta erbacea mediterranea della famiglia delle Apiaceae. Conosciuto fin dall'antichità per le sue proprietà aromatiche, la sua coltivazione orticola sembra che risalga al XVI secolo.



Fiori di zucca

Codice prodotto **FIORI DI ZUCCA**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note I fiori di zucca sono i fiori commestibili delle specie Cucurbita, in particolare Cucurbita pepo, la specie che produce zucchine, midollo, spaghetti e molti altri tipi di zucca



Friggitelli

Codice prodotto 3420
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

Note Conosciuti in tutto il mondo con il nome italiano "friggittelli", il loro nome campano "friarelli", che non va confuso con quello dei broccoli friarielli, indica sia il cultivar di peperoncino che il piatto tradizionale campano.



Iceberg

Codice prodotto 3303
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

Note L'insalata iceberg è una lattuga che si presta a moltissimi usi ed è molto apprezzata per la croccantezza della sue foglie. Viene utilizzata principalmente per preparare insalate e insalate miste: si abbina benissimo a verdure fresche, come carota e pomodoro, o ai legumi, in primis fagioli e mais cotto al vapore.



Insalata romana

Codice prodotto ALFAROMA
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

Note La lattuga romana per esempio è chiamata anche spadona o marulla e fa capo ad altre sotto varietà che differiscono principalmente per colore, stagione e consistenza, tra cui le più note sono la Verde degli ortolani, la Marvel con la tipica foglia di colore rosso, la Bianca o Bionda d'Inverno e la Bionda d'Estate.



Lime

Codice prodotto LIME
Categoria FRUTTA & VERDURE
Agrumi

Note La limetta o lima è un agrume della famiglia delle Rutacee, commercialmente noto anche con il termine inglese di lime. È un ibrido derivante dall'incrocio di *C. hystrix* e *C. medica*. Questo agrume è usato per produrre bevande, liquori, profumi.



Lime

www.herbazes.com

Limoni di Sorrento

Codice prodotto 987
Categoria FRUTTA & VERDURE
Agrumi

Note Il Limone di Sorrento IGP è caratterizzato da forma ellittica e dimensioni medio-grandi, peso non inferiore a 85 g. La buccia è ricca di oli essenziali che la rendono particolarmente profumata e si distingue per uno spessore medio e un colore giallo citrino.



Melanzana nera tonda

Codice prodotto 1716
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

Note La melanzana e è una varietà tonda di piccole dimensioni. Di buona produttività, forma frutti tondeggianti, viola scuro, lucidi, che vengono raccolti per confezionare le tipiche melanzanine ripiene, tradizionale piatto ligure dell'estate.



Melanzane lunghe

Codice prodotto MELL
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

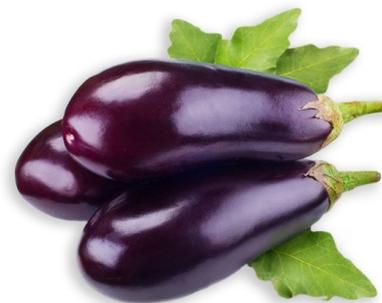
Note Varietà a frutti allungati, cilindrici, leggermente appuntiti di colore viola brillante. Polpa bianca, compatta con pochi semi. Pianta vigorosa, eretta, alta con fogliame ben coprente. Produzione elevate e prolungata nel tempo. Per lo più questo tipo di melanzana viene conservata sott'olio o sotto aceto per un consumo prevalentemente domestico. Esposizione e distanze di trapianto tra le file 80-100 cm e sulla fila 50-70 cm. La raccolta si prevede dopo 50-70 giorni dal trapianto



Melanzane viola

Codice prodotto MELENZANE VIOLA
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

Note Le melanzane viola ha una polpa leggermente più spugnosa e un sapore meno deciso ed amaro rispetto alle nere. Assorbendo bene l'olio si presta particolarmente bene per le grigliate sia su piastra che in forno.



Melone

Codice prodotto **1850ALFMEL**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Frutta Estevia

Note Il melone o popone è una pianta annua rampicante della famiglia Cucurbitaceae della quale sono state selezionate innumerevoli cultivar. Il termine melone indica sia il frutto che la pianta stessa, a seconda dei contesti in cui viene utilizzato. È largamente coltivata per i suoi frutti commestibili, dolci e profumati



Menta

Codice prodotto **ALFMEN**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Piante Aromatiche

Note Mentha L., 1753 è un genere di piante spermatofite dicotiledoni della famiglia delle Lamiaceae



Noci in guscio

Codice prodotto **NOCI**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Frutta Secca

Note Le noci sono un tipo di frutto secco indeiscente di consistenza legnosa o cuoiosa. Appartengono ad esempio alla categoria noci le castagne, le nocciole e le ghiande. In lingua italiana il termine può risultare ambiguo, in quanto anche il seme delle piante del genere Juglans è noto come "noce"



Origano

Codice prodotto **ALFORIGANO**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Spezie

Note L'origano è una pianta aromatica nota a tutti per i suoi utilizzi in cucina, ma non meno notevoli sono le sue proprietà che lo rendono apprezzato nell'ambito della medicina naturale: scopriamolo meglio.



Patate

Codice prodotto 1426
Categoria FRUTTA & VERDURE
Ortaggi

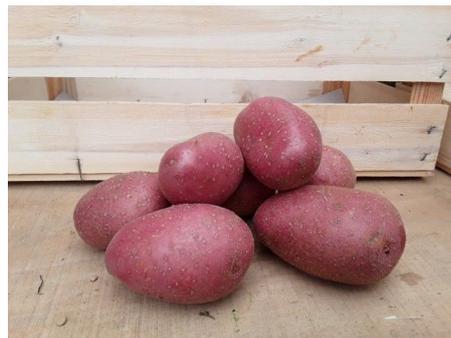
Note La patata è un tubero commestibile ottenuto dalle piante della specie *Solanum tuberosum*, molto utilizzato a scopo alimentare previa cottura.



Patate rosse

Codice prodotto 2583
Categoria FRUTTA & VERDURE
Ortaggi

Note Le patate rosse sono caratterizzate da una buccia colorata nelle tonalità del rosa e del rosso, con sfumature più o meno intense. Generalmente sono patate di dimensioni medio piccole, dal tubero tondeggiante. La polpa della patata rossa è di norma soda e compatta, simile a quella delle patate gialle, ma non mancano varietà a pasta più farinosa, caratteristica tipica delle patate bianche. Tra i tipi di patata rossa vengono dunque coltivate e vendute sia patate rosse a pasta gialla che patate rosse a pasta bianca. Per quanto riguarda il sapore, le patate rosse sono particolarmente gustose e per questo sono particolarmente apprezzate in molte ricette.



Peperoncini rossi

Codice prodotto 3419
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

Note Il peperoncino è il nome comune dato alla bacca ottenuta da alcune varietà piccanti del genere di piante *Capsicum* utilizzata principalmente come condimento.

Pur provenendo dal medesimo genere del peperone, il peperoncino se ne differenzia poiché contiene la capsaicina, un composto chimico presente in diverse concentrazioni a seconda delle varietà, responsabile della piccantezza della bacca. La piccantezza di un peperoncino si indica utilizzando la scala di Scoville, che misura la quantità di capsaicina contenuta.



Peperoni gialli

Codice prodotto PEPERONI GIALLI
Categoria FRUTTA & VERDURE
Ortaggi

Note Il peperone giallo ha ottimi valori nutrizionali ed è uno dei vegetali più ricchi di vitamina C. Grazie a questa proprietà la sua assunzione si rivela molto benefica per la salute

Il peperone giallo appartiene alla famiglia dei peperoni dolci (*Solanaceae*), il suo nome botanico è *Capsicum annuum*. Abbiamo già parlato in un altro articolo delle proprietà dei peperoni in generale. Ora vogliamo analizzare più nello specifico le proprietà del peperone giallo.

Peperone Giallo: Proprietà, Benefici, Valori Nutrizionali
Peperone Giallo: Proprietà, Benefici, Valori Nutrizionali



Peperoni rossi

Codice prodotto **PEPERONI**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note I rossi hanno una polpa croccante e piuttosto consistente e un sapore deciso; i gialli sono più carnosi e succosi e sono più ricchi di antiossidanti; i verdi vengono raccolti in anticipo e hanno un gusto pungente e leggermente acidulo. I peperoni sono ricchi di acqua, fibre e preziosi elementi nutrizionali.



Piselli

Codice prodotto **FRUTTAPISELLI**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Legumi

Note Il pisello è una pianta erbacea annuale appartenente alla famiglia Fabaceae, originaria dell'area mediterranea e orientale. La pianta è coltivata per i suoi semi, consumata come alimento o utilizzata come alimento per il bestiame. Il termine designa anche il seme della pianta, ricco di amidi e proteine.



Pomodorino datterino

Codice prodotto **DATTERINI**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note I Datterini sono pomodori di piccole dimensioni, dal colore rosso acceso e indicati per realizzare ottimi sughi e saporite insalate. Rispetto alla varietà ciliegino, hanno un gusto meno dolce e contengono meno acqua.



Pomodorino Piccadilly

Codice prodotto **PICCA**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note Il Piccadilly è un pomodorino di piccole dimensioni che trae origine dall'antico pomodoro "Vesuviano", coltivato nel sud Italia. I suoi grappoli contengono dai 15 ai 20 frutti di forma ovale e dal peso di 30-50 grammi ciascuno.



Pomodoro cuore di bue

Codice prodotto **ALFAPOMBUE**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note Il cuore di bue è un pomodoro da insalata, grosso e irregolare, con buccia liscia e sottile. Il peso alla raccolta varia in genere dai 200 ai 300 grammi, benché si possano trovare frutti di quasi 800 grammi. Ha polpa carnosa e consistenza poco fibrosa. Risulta saporito al gusto, aromatico e con pochi semi nella polpa.



Pomodoro lungo verde

Codice prodotto **1317**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note Varietà dalla tipica forma allungata e le dimensioni medio-grandi, presenta un'eccellente colorazione verde ramato. Si presenta a grappoli a spina di pesce da 5-6 frutti. Ha una polpa spessa e carnosa, dall'ottima consistenza e con pochi semi e poca acqua e un gradevole piacere al palato.



Pomodoro Marinda

Codice prodotto **POMME**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Verdura

Note I pomodori Marinda sono la primizia di Pachino, infatti si raccolgono tra gennaio e maggio, quando la buccia da verde comincia a diventare di un rosso più intenso. Proprio per il periodo in cui viene raccolto è definito pomodoro invernale che però è capace di riportare alla mente il sole e i profumi tipici dell'estate.



Prezzemolo

Codice prodotto **1424**
Categoria **FRUTTA & VERDURE**
Spezie

Note Il prezzemolo è una pianta biennale della famiglia delle Apiaceae, originaria delle zone mediterranee. Cresce spontaneamente nei boschi e nei prati delle zone a clima temperato; teme infatti il freddo intenso.



Radicchio

Codice prodotto 1812
Categoria FRUTTA & VERDURE
Ortaggi

Note Il radicchio, a volte noto come cicoria italiana a causa del suo uso comune nella cucina italiana, è una forma coltivata perenne di cicoria a foglia. Viene coltivato come ortaggio a foglia e di solito ha foglie rosse colorate con venature bianche che formano una testa.



Rucola fresca

Codice prodotto 1292
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

Note La rucola (nome scientifico *Eruca sativa*) – detta anche ruchetta, rughetta o rugola – è un ortaggio appartenente alla famiglia delle Crucifere, ed è contraddistinta dalla consistenza leggera e allo stesso tempo croccante, e dal caratteristico sapore amarognolo e piccante.



Scarola

Codice prodotto 1717
Categoria FRUTTA & VERDURE
Verdura

Note La Scarola è una varietà di Indivia che si presenta come un'insalata a cespo aperto, di colore verde. Può essere mangiata cruda oppure cotta. In quest'ultimo caso perde il suo sapore peculiare, assorbendo quello degli ingredienti a cui è accostata.



Spinaci

Codice prodotto 1850ALFA
Categoria FRUTTA & VERDURE
Ortaggi

Note Lo spinacio, denominato anche "la spinace", è una pianta erbacea della famiglia delle Amaranthaceae, sottofamiglia delle Chenopodioideae. Originario dell'Asia sudoccidentale, è stato introdotto in Europa attorno al 1000, sebbene sia diventato sempre più importante come alimento solo nel corso del XIX secolo.



Zucca lunga

Codice prodotto **1359**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**

Verdura

Note

di forma clavata, ricurvo e rigonfio all'apice, lungo 60-70 cm (eccezionalmente 100 cm) e con un diametro di 15-20 cm; il suo peso è, mediamente, di circa 15-25 Kg; la buccia è liscia, sottile e di colore verde chiaro o verde scuro. E' completamente piena di polpa di colore arancio, soda e dolce.



Zucchine

Codice prodotto **ZUCCHINE**

Categoria **FRUTTA & VERDURE**

Verdura

Note

La zuccina detta anche zucchino è il frutto immaturo della pianta di zucchetto ed è una delle verdure più amate e cucinate nell'alimentazione mediterranea. Presenta una forma allungata e una buccia di colore verde scuro striato o punteggiato, oppure verde chiaro o giallo; la polpa è sempre bianca.

