



Sperimenta a casa

La vitamina C, contenuta soprattutto negli agrumi (limone, arancia, mandarino, pompelmo, cedro), ha una proprietà molto importante: protegge dall'ossidazione, ovvero da quel processo che, in presenza di ossigeno, degrada i tessuti. Puoi verificarlo tagliando una mela a metà, cospargendo una delle due superfici di taglio con succo di limone e lasciando l'altra al naturale. Dopo qualche minuto, la superficie non protetta dal succo di limone, e quindi dalla vitamina C in esso contenuta, comincerà a scurirsi, mentre l'altra resterà più chiara e di aspetto più sano e fresco.

