

E' possibile che le zucchine diventino amare, questo è dato dal contenuto di una sostanza che la pianta produce per difendersi o scoraggiare gli insetti di attaccarla.

Praticamente ogni pianta usa questo sistema di autodifesa, come ad esempio la patata produce la solanina.

La zuccina può diventare amara perché non è fecondata e rimane sulla pianta molto tempo, ma la si riconosce perché è piccola, scura ed appuntita, oppure perché ha perso molta acqua, è passato troppo tempo da quando è stata raccolta e la cucurbitacina, questo il nome della sostanza amara, aumenta in concentrazione.

Nel nostro caso, trattandosi di zucchine grosse, dunque ben fecondate, l'amaro riscontrato dalla signora penso sia dovuto al periodo molto caldo e siccitoso che ha preceduto le precipitazioni. In queste situazioni il frutto può perdere la consistenza ed apparire non fresco, risultando amaro nel gusto; una specie di invecchiamento rapido.

Nonostante il nostro impegno non è sempre facile con le condizioni climatiche non favorevoli offrire tutto in condizioni perfette, e gli appassionati dell'orto lo possono confermare.

Per quanto riguarda la tossicità rimando a questa informazioni data ai clienti da M iMpuls:

Verdure tossiche? È naturale

Sapevi che alcuni ortaggi contengono sostanze tossiche? iMpuls svela il grado di pericolosità effettivo delle tossine naturali e indica a cosa fare attenzione.

Per proteggersi dai parassiti alcune piante ricorrono a un'arma efficace: le tossine. In alcuni casi, questo può avere conseguenze spiacevoli anche per le persone. La buona notizia è che ci si può proteggere dall'intossicazione alimentare. Infatti alcune sostanze tossiche si distruggono tramite la cottura oppure non si sviluppano affatto se le verdure sono ben conservate.

Zucchine, zucche, cetrioli e meloni: attenzione all'amaro

Se le cucurbitacee hanno un sapore amaro, è meglio smettere di mangiarle: potrebbero contenere la cucurbitacina, una sostanza amara tossica per le persone e che può provocare come conseguenza nausea, vomito e diarrea. Questa sostanza amara in realtà è prodotta dagli ortaggi stessi; tuttavia è molto raro che contengano la tossina, che sorge in seguito a mutazioni spontanee (ad esempio con temperature estremamente calde). La cottura non elimina la tossina. L'intossicazione è molto rara, poiché è difficile che si arrivi a consumare quantità pericolose delle sostanze amare contenute.

Non mangiare le solanacee non cotte o ancora verdi

Le solanacee, vale a dire le patate, le melanzane e i pomodori, contengono la solanina, una tossina che già in piccole dosi può provocare disturbi gastrointestinali e mal di testa. Nelle patate si trova nelle parti verdi, nei germogli e nella buccia; se conservate in un posto troppo caldo o non al riparo dalla luce, i tuberi iniziano a germogliare. È consigliato rimuovere grossolanamente le parti interessate. Nei pomodori la solanina si nasconde nei frutti verdi e non maturi e nel torsolo. Si consiglia di eliminare anche il peduncolo e di non mangiare i frutti verdi e ancora acerbi. Lo stesso vale per le melanzane: più sono mature, minore sarà il contenuto di solanina.

Le intossicazioni da solanina sono rare. Ciò è dovuto al fatto che la solanina ha un sapore molto amaro e se presente in alte concentrazioni è quasi impossibile mangiare l'ortaggio. Secondo le stime, una persona che pesa 60 chili dovrebbe mangiare almeno 800 grammi di patate (circa 13 pezzi) con un alto contenuto di solanina per raggiungere una dose pericolosa.

Renzo Cattori, produttore