

Nom	CASTELLANO Limón	CATALÀ Llimona	EUSKARA Limoi	GALEGO Limón	ENGLISH Lemon	CIENTÍFIC <i>Citrus limon</i>
------------	---------------------	-------------------	------------------	-----------------	------------------	----------------------------------

Com és	Fruita de forma allargada i normalment de pell de color groc. La polpa està dividida en parts iguals, els grills, i el seu gust és àcid.
---------------	--

Varietats	Verna, Eureka, Lisbon, Primofiori.
------------------	------------------------------------

Una mica d'història	La llimona té el seu origen a l'Orient Pròxim. Va ser a l'Edat Mitjana quan va arribar al nostre país i al nord d'Àfrica. Actualment es produeix en zones temperades, i també en zones tropicals.
----------------------------	---

Calendari	<table border="0"> <tr> <td>GENER</td><td>FEBRER</td><td>MARÇ</td><td>ABRIL</td><td>MAIG</td><td>JUNY</td><td>JULIOL</td><td>AGOST</td><td>SETEMBRE</td><td>OCTUBRE</td><td>NOVEMBRE</td><td>DESEMBRE</td> </tr> <tr> <td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td><td>▲</td><td></td><td></td><td>▲</td><td>■</td><td>■</td><td>■</td> </tr> </table>	GENER	FEBRER	MARÇ	ABRIL	MAIG	JUNY	JULIOL	AGOST	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	■	■	■	■	■	▲			▲	■	■	■
GENER	FEBRER	MARÇ	ABRIL	MAIG	JUNY	JULIOL	AGOST	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE														
■	■	■	■	■	▲			▲	■	■	■														

Com t'alimenta	Conté vitamina B, però sobretot vitamina C, i és ric en potassi. Hi podem trobar <i>pectina</i> (fibra), <i>terpens</i> (responsables de la seva aroma) i <i>flavonoides</i> (antioxidants).
-----------------------	--

Com et cuida	És depurativa. Pot fer que el nostre organisme aprofiti més el ferro dels aliments i que augmentin les nostres defenses. La <i>pectina</i> és útil en cas de diarrea, ja que és astringent. I segons diverses investigacions, els <i>terpens</i> i els <i>flavonoides</i> ens ajuden a prevenir malalties degeneratives.
---------------------	--

Consells de compra i conservació	Cal triar llimones sense cops, cremades de sol, fongs o senyals de deteriorament. Els podem conservar perfectament uns dies fora del frigorífic, però és preferible mantenir-los en fred.
---	---

En vols saber més?	Saps que la llimona acompanya molts plats de peix? Si afegeixes unes gotes de suc de llimona al peix en el moment de menjar-lo, aportes més vitamina C al teu organisme, a més de gaudir d'un sabor encara més deliciós.
---------------------------	--

Plats deliciosos	<table border="0"> <tr> <td><i>Entrants</i> Tallarines amb llimona i tàperes</td> <td><i>Segons</i> Pollastre rostit a la llimona Llenguado meunier Anxoves a la llimona</td> <td><i>Postres</i> Granissat de llimona Pastís de llimona Mousse de llimona</td> </tr> </table>	<i>Entrants</i> Tallarines amb llimona i tàperes	<i>Segons</i> Pollastre rostit a la llimona Llenguado meunier Anxoves a la llimona	<i>Postres</i> Granissat de llimona Pastís de llimona Mousse de llimona
<i>Entrants</i> Tallarines amb llimona i tàperes	<i>Segons</i> Pollastre rostit a la llimona Llenguado meunier Anxoves a la llimona	<i>Postres</i> Granissat de llimona Pastís de llimona Mousse de llimona		

