

Nom	CASTELLANO Naranja	CATALÀ Taronja	EUSKARA Laranja	GALEGO Laranxa	ENGLISH Orange	CIENTÍFIC <i>Citrus sinensis</i>
------------	-----------------------	-------------------	--------------------	-------------------	-------------------	-------------------------------------

Com és	Fruita rodona i de pell rugosa i olor característica, barreja de vermell i groc. Una membrana blanquinosa separa la seva polpa en diferents parts o <i>grills</i> .
---------------	---

Varietats	Navel, Navelate, Ricalate, Washington, Hamlin, Salustiana, València Late, Sanguina, Maltaise.
------------------	---

Una mica d'història	L'origen de la taronja cal cercar-lo a l'Àsia oriental, concretament al sud-est de la Xina i l'arxipèlag malai. Els àrabs van introduir aquesta fruita a la península Ibèrica. El segle XIX es va descobrir al Brasil una varietat de taronja més dolça, que actualment rep el nom de Washington.
----------------------------	---



Com t'alimenta	Com la major part de les fruites, té molta aigua. És un dels aliments més rics en vitamina C, però també conté àcid fòlic, provitamina A (betacarotè) i minerals, com ara potassi, magnesi i calci.
-----------------------	---

Com et cuida	És una fruita que pot tenir efectes molt beneficiosos per al nostre organisme, particularment per al nostre sistema cardiovascular, i per pal·liar malalties degeneratives, degut a la presència d'antioxidants.
---------------------	--

Consells de compra i conservació	A diferència d'altres fruites, no madura un cop és collida. Cal triar les més pesants, són les de millor sabor, i rebutjar les taronges quan sonen a buit. Podem conservar-les a temperatura ambient, però al frigorífic les podem conservar algunes setmanes. Recorda! El suc cal consumir-lo acabat de fer!
---	---

En vols saber més?	Quan va fer el seu primer viatge a Amèrica, Cristòfor Colom duia llavors de taronja als seus vaixells i va plantar el primer arbre a l'illa d'Haití.
---------------------------	--

Plats deliciosos	<table border="0"> <tr> <td><i>Entrants</i> Amanida de bacallà amb taronges Amanida de taronges i endívies</td> <td><i>Segons</i> Pollastre amb salsa de taronja Ànec a la taronja</td> <td><i>Postres</i> Taronges amb canyella Flam de taronja Mousse de iogurt i taronja</td> </tr> </table>	<i>Entrants</i> Amanida de bacallà amb taronges Amanida de taronges i endívies	<i>Segons</i> Pollastre amb salsa de taronja Ànec a la taronja	<i>Postres</i> Taronges amb canyella Flam de taronja Mousse de iogurt i taronja
<i>Entrants</i> Amanida de bacallà amb taronges Amanida de taronges i endívies	<i>Segons</i> Pollastre amb salsa de taronja Ànec a la taronja	<i>Postres</i> Taronges amb canyella Flam de taronja Mousse de iogurt i taronja		

