

<b>Nom</b>	CASTELLANO Melón	CATALÀ Meló	EUSKARA Meloï	GALEGO Melón	ENGLISH Melon	CIENTÍFIC <i>Cucumis melo</i>																								
<b>Com és</b>	El meló, fruit de la melonera, té una forma ovalada. La seva escorça va del color verd al groc i la seva polpa és blanca o ataronjada.																													
<b>Varietats</b>	Tendral, Honey, Dew, Gà·lia i Charentais.																													
<b>Una mica d'història</b>	No es coneix exactament l'origen del meló, no se sap si és l'Àsia central o l'Àfrica. Se n'han trobat representacions en tombes egípcies de l'any 2400 abans de Crist.																													
<b>Calendari</b>	<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																			
				▲	■	■	■	■	■	▲																				
<b>Com t'alimenta</b>	Té un elevat contingut en aigua, del 90 al 95%, i un moderat contingut en sucres. Els minerals presents són: potassi, magnesi i calci. Hi destaquen la vitamina C i la provitamina A (que es transforma en A al nostre organisme).																													
<b>Com et cuida</b>	És una fruita que ens proporciona aigua carregada de minerals, així doncs, pot ser aconsellable consumir-ne quan suem molt o perdem líquids. Facilita la depuració que realitzen els ronyons i pot activar el moviment dels budells mandrosos.																													
<b>Consells de compra i conservació</b>	S'han de triar els melons que siguin durs i sense marques. Per saber si un meló és madur, se n'ha de pressionar suaument la base; si cedeix, és senyal que ja es pot menjar. A més, la seva aroma ha de ser dolça.																													
<b>En vols saber més?</b>	El sorbet de meló durant l'estiu és un refresc fantàstic i a més molt nutritiu. Es prepara triturant-ne la polpa. Prova'!!																													
<b>Plats deliciosos</b>	<i>Entrants</i> Còctel de meló amb pernil Amanida mixta de meló Sopa freda de meló		<i>Segons</i> Llobarro amb meló		<i>Postres</i> Meló farcit de gelat Broquetes de meló																									

