Meno cocco in spiaggia, gli italiani preferiscono gelati e frutta

cocco-bello-aba21b30

"Cocco fresco, cocco bello" non tira più come un tempo in spiaggia: **solo il 10% degli italiani acquista infatti noci di cocco agli ambulanti in riva al mare**, mentre più gettonati sono **gelati** (richiesti dal 19%), **cocomero** (14%) e **macedonia, smoothies o frutta fresca** (12%). E' quanto emerge dall'indagine **Coldiretti-Ixè** che ha stilato la lista degli alimenti più venduti dagli ambulanti in spiaggia, conferma la svolta "salutista" degli italiani anche in occasione del grande caldo di questa estate. La stessa indagine mostra inoltre che più di un italiano su quattro (28%) non acquista niente dagli ambulanti, anche per **diffidenza nel rispetto delle norme sanitarie**.

Come detto, è la frutta la vera protagonista degli spuntini in spiaggia, in tutte le diverse forme: **dai centrifugati ai frullati, dagli smoothies ai pezzettoni, oltre alla classica fetta d'anguria**. "La dieta adeguata per una abbronzatura sana e naturale si fonda - sottolinea Coldiretti - sul **consumo di cibi ricchi in Vitamina A** che favorisce la produzione nell'epidermide del pigmento melanina per donare il classico colore scuro alla pelle. **Carote, albicocche, meloni, pesche fino ai cocomeri** sono alcuni dei vegetali o frutti che entrano nella speciale classifica top ten degli abbronzanti naturali".

I consumi di frutta e verdura quest'anno, conclude l'organizzazione, "sono **al massimo da 17 anni con un balzo record vicino al 10%** ma purtroppo i prezzi riconosciuti agli agricoltori italiani sono **ben al di sotto dei costi di produzione** per le distorsioni nella filiera e le importazioni dall'estero spacciate come nazionali. Peraltro quest'anno il caldo e la siccità hanno **decimato le produzioni agricole** ma hanno **esaltato le caratteristiche qualitative della frutta** che è dolcissima con un elevato grado zuccherino e di sostanze antiossidanti (vitamine, antociani e betacaroteni)".