

18

CEREZO

PRUNUS AVIUM.

Cerezo (Esp). Ziresera (Ara). Cirerer (Cat). Gereziondoa (Eus). Cerdeira (Gal). Cherry tree (Eng). Cerisier (Fra). Cires (Rum). زرك لا قرچش .

DESCRIPCIÓN:

Es un árbol de gran volumen que **puede alcanzar los 30 metros de altura**. Es un árbol caducifolio. Las hojas son simples, ovoides a oblongas y con el margen aserrado. Las flores son blancas y forman haces o umbelas de 2 a 6 unidades, aparecen cuando el árbol aún no ha rebrotado o simultáneamente con las hojas. El fruto es una drupa de color rojo negruzco, más o menos claro, excepcionalmente amarillo, de sabor dulce y aroma delicado y no climatérico.



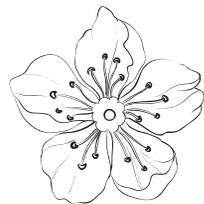
La polinización se realiza, en su mayor parte, por abejas.



El cerezo es nativo de Europa y el occidente asiático. Es apreciado en la cuenca mediterránea desde la Edad Antigua, griegos y romanos lo difundieron extensamente.

PROPIEDADES

La cereza es uno de los pocos alimentos que contiene melatonina, un antioxidante que ayuda a regular el ritmo cardíaco y los ciclos del sueño. La asociación contra el Alzheimer incluye a las cerezas como beneficiosas para la memoria gracias a sus antioxidantes.



Los cerezos son los primeros frutales en florecer, en los meses de febrero-marzo. En esa época, los árboles del valle se cubren de millones de flores. Los japoneses lo llaman Hamami.



ALMENDRO



GINESTA