

## El Limón

El limón es redondo y ligeramente alargado, pertenece a la familia de los agrios, por lo tanto comparte muchas de las características de otras especies de cítricos, como en tener una gruesa cáscara. El color de la cascara es amarillo y especialmente brillante cuando está maduro.

El limón es originario de Asia (por el noroeste de India, el norte de Birmania y China) y fue desconocido por los griegos y romanos.

1. Los beneficios del limón: Los limones contienen vitamina C, un poderoso antioxidante, y son una fuente de compuestos vegetales llamados flavonoides, que tienen efectos antioxidantes y antiinflamatorios. Los antioxidantes son compuestos que ayudan a proteger las células del cuerpo del daño.

2. Cuantos tipos de limones hay: Hay 13 variedades distintas de limones.

3. Para qué sirve el agua de limón: Una de las formas de usar el agua con limón para ayudar a adelgazar es exprimir 10 gotas de limón en un vaso de agua tibia y beber a continuación, sin añadir azúcar. Se debe realizar esto en ayunas, alrededor de 30 minutos antes de desayunar.

4. Que necesita para crecer el limón: El limón necesita hasta 12 horas de luz solar al día para crecer. Se recomienda colocarlo en un patio, donde haya una gran intensidad y corriente de luz natural. Este fruto crece hacia los lados, si uno va a plantar uno, hay que considerar colocarlo al menos 3 metros alejado de otros árboles.

5. En qué clima puede crecer el limón: El clima más adecuado para el limonero es en climas mediterráneos, libre de frío y heladas.

6. ¿Qué enfermedades cura el limón? El limón es un potente antibiótico natural que ayuda a curar principalmente enfermedades respiratorias como la gripe, la amigdalitis, resfriados y hasta pulmonía.



