

Macadamia

di [Angel85](#)

per Dieta-Dimagrante.com

© Tutti i diritti Riservati

Deriva dal nome del naturalista australiano J. Macadam è un genere di piante appartenenti alla famiglia delle Proteacee.

Vi appartengono 4 specie originarie della flora australiana.

La specie tipica è Macadamia ternifolia, coltivata anche nei climi più miti della regione mediterranea, perchè produttrice di frutti commestibili.

E' una pianta arborea o un grande arbusto di circa 10 m. di altezza, con foglie persistenti, coriacee, di colore verde scuro, lanceolate, dentate.

Le infiorescenze sono a forma di grappolo e portano fiori poco appariscenti.

I frutti che hanno dimensioni variabili da quelle di una nocciola a quelle di una piccola noce, contengono un seme dal sapore delicato.

La durezza dei frutti limita il loro consumo.

In Australia viene consumata come frutta fresca e anche utilizzata in vari modi dall'industria dolciaria.

Viene anche usata sotto forma di olio per nutrire il viso, d'inverno la pelle del viso ha bisogno di essere nutrita con oli vegetali.

Le creme per la stagione più fredda devono avere una maggior componente oleosa, che va a rinforzare la barriera cutanea ed evita la dispersione dell'acqua già presente nella pelle.

Bisogna scegliere creme a base di oli vegetali, perchè sono affini alla pelle e al sebo, ricchi di vitamina A ed E, rigeneranti e stimolanti del metabolismo cellulare, e di ceramidi che favoriscono la coesione delle cellule cornee.

Bisogna usare l'olio di macadamia se la pelle è spenta e segnata, quello di jojoba se è arrossata e di mandorle [dolci](#) se è secca.

Angel85