

6 ottobre 2009 12:52

La pasta con il sugo elimina i radicali liberi

di [Primo Mastrantoni](#)



Condire la pasta con abbondante sugo rosso fa bene alla salute. Gli effetti benefici del sugo sono dovuti al licopene, una sostanza contenuta nel pomodoro, al quale da' il colore rosso, e che ha la particolare proprieta' di cedere elettroni ai radicali liberi che si formano nel nostro organismo, che hanno un ruolo attivo nella formazione delle cellule cancerogene. Il licopene, quindi, svolge una azione anticancerogena ed ha un attivita' superiore ad altre sostanze con effetto antiossidante, quali il betacarotene e il tocoferolo. Piu' il colore e' rosso maggiore risulta la quantita' di licopene e la bollitura del sugo non ne altera le proprieta'.