FIERI GUARDIANI DI TIPICITÀ

La frontiera dei carciofi

LORENZO TOSI
GIOVANNI MAUROMICALE

Violetto di Provenza

Dal Violetto siciliano allo Spinoso sardo, dalle «mamme» romane alle «castraure» veneziane

Il blu del mare, il rosso della terra, il verde dei carciofi. La Piana di Gela, in provincia di Caltanissetta, si affaccia sul Mediterraneo proprio nel vertice meridionale del triangolo siciliano. Sull'arco delle colline che salgono verso Niscemi si schiera, tutti gli anni in questa stagione, un esercito di sentinelle, mute e ritte sull'attenti. L'ultima invasione del suolo italiano, durante la Seconda guerra mondiale, è iniziata proprio da qui. Ha portato il *boogie-woogie* e ha innescato un brusco cambiamento anche nei ritmi della nostra alimentazione. Le sentinelle però resistono: ci vuole tutta la fantasia dei popoli mediterranei per ricavare nutrimento da queste infiorescenze. Nessun anglo-americano «perderebbe» tempo in cucina nel rito geometrico della monda dei capolini e dei gambi, sporcandosi le mani di nero. Per questo il carciofo rappresenta la frontiera della nostra tipicità alimentare. Tappezza il retroterra delle coste lungo tutto il profilo della Penisola, senza perdere mai il contatto con le brezze del Mediterraneo, vera culla di questo fiero ortaggio. Dei 121.000 ettari coltivati nel mondo, più di 100.000 ricadono, infatti, nei Paesi del bacino del Mare Nostrum. La metà è concentrata in Italia: ogni regione ha le sue varietà, le sue forme, i suoi riti in cucina.

SEMPRE PIÙ PRECOCI

La Sicilia è una delle regioni più legate ai «cacòcciuli», come vengono qui chiamati. Nella cucina isolana trovano largo impiego sia crudi, in insalata, che cotti (serviti ripieni, in caponata, fritti in pastella, arrostiti sulla brace...). Il capolino di Violetto di Sicilia, la varietà più diffusa, è privo di spine, di pezzatura media, forma allungata e cilindro-conica con brattee verdi e sfumature più o meno violacee a seconda del periodo stagionale e della zona. Caltanissetta è la provincia più produttiva; la presenza, in passato, di sorgenti di acqua dolce (divenuta, però, con il tempo sempre più salmastra) ne ha favorito l'intenso sviluppo nel territorio di Niscemi. Una vera assicurazione per gli agricoltori: una garanzia di entrate nel periodo invernale, quando non ci sono altre attività. La precocità della raccolta del Violetto, fin da ottobre-novembre, ha garantito al prodotto niscemese, così come a quello della Piana di Catania, strade commerciali privilegiate. A Roma, il mercato più importante ed esigente, il Violetto Niscemese arriva fin dall'inizio del Novecento.

Le varietà di carciofo possono infatti essere raggruppate secondo diversi criteri, tra cui fondamentale è l'epoca di produzione.

Le varietà autunnali, dette anche rifiorenti o precoci, assicurano una raccolta pressoché continua tra l'autunno e la primavera e comprendono appunto Violetto di Sicilia, Spinoso Sardo, Spinoso di Palermo, Tema 2000 e Violetto di Provenza (di provenienza francese).

Varietà diffuse in Sicilia, Sardegna e soprattutto Puglia. Nell'immediato Dopoguerra il Violetto di Sicilia ha infatti trovato nuovi importanti spazi soprattutto nella provincia di Brindisi.

Violetto di Sicilia

Tema 2000

Romanesco

Spinoso Sardo

Spinoso di Palermo

I TARDIVI CAMPANI

In Campania la coltivazione del carciofo è rappresentata esclusivamente da ecotipi a produzione tardiva o primaverile, cioè da piante che hanno bisogno del colpo di freddo per produrre i capolini. Il tentativo di introdurre i tipi precoci non ha mai avuto esito felice per il rischio di violenti danni da freddo.
L'ecotipo coltivato nella Piana del Sele deriva dal Carciofo di Castellammare e ha preso la denominazione di Tondo di Paestum. Nell'area di origine era caratteristica la copertura dei capolini con terrine circolari per impedire l'accumulo dell'acqua nel caratteristico foro centrale.
Le lievi differenze morfologiche e dell'epoca di produzione tra il Carciofo di Castellammare, il Campagnano, il Romanesco e il Tondo di Paestum fanno rientrare questi ecotipi in un unico gruppo detto dei carciofi Romaneschi, al quale fa riferimento il disciplinare di produzione del Carciofo di Paestum igp. Riscoperta più recente è il Carciofo Bianco di Pertosa, coltivato su pochissimi ettari nei comuni salernitani di Pertosa, Auletta, Caggiano e Salvitelle.
Ancora più tardivo di quello di Paestum, deve il nome al verde pallido, quasi bianco, del suo ricettacolo (cuore) che non presenta mai sfumature di altro colore. Ha un sapore delicato che viene esaltato dalla combinazione con l'olio extravergine della medesima area di produzione.
Altro prodotto di nicchia della cinaricoltura campana è la Capuanella, coltivata in pochissimi ettari in provincia di Caserta e nel comune di Capua da cui prende il nome. La forma dei capolini è allungata e ricorda le varietà precoci, pur presentando un'epoca di raccolta tardiva.
Ancora più modesta è la superficie interessata dal Carciofo di Pietrelcina, tipico del comune che diede i natali a Padre Pio. È caratterizzato da capolini principali grossi e leggermente allungati.

Vitangelo Magnifico

Vocabolario del carciofo

Brattee: impropriamente chiamate «foglie» .
Capolino o calatide: è l'infiorescenza del carciofo, nel cui ricettacolo sono inseriti i fiori.
Carducci o polloni: sono i germogli, capaci di radicare e dare origine a nuove piante, che si formano dalle gemme presenti sulla parte sotterranea della ceppaia.
Ceppaia: è il fusto rizomatoso da cui si originano carducci e capolini.
Eterofillia: caratteristica del carciofo di avere sulla stessa pianta foglie di forma diversa.
Ovoli: sono rami quiescenti che si formano sulla base del fusto interrato. Si staccano dalla pianta madre durante la fase di riposo estivo.
Ricettacolo: è il cuore carnoso edule del carciofo.
Scarducciatura: eliminazione manuale dei carducci superflui.

ARMATI O INERMI?

La terra è sempre rossa, il mare è sempre lo stesso, il clima è simile. Ma la distanza dai mercati del Centro-nord è minore. Grazie a queste condizioni la Puglia ha oggi scavalcato la Sicilia (17.000 ettari contro 15.000) e l'arrivo del Violetto di Provenza ha aggiunto nuove possibilità soprattutto in provincia di Foggia. Questa varietà è infatti molto produttiva e con la tecnica della forzatura gli agricoltori riescono ad anticipare già all'inizio di settembre la produzione dei capolini.
In Sardegna invece le sentinelle sono addirittura «armate»: la varietà più coltivata nel Campidano e nel Sulcis è lo Spinoso Sardo, caratteristico per gli evidenti e ostili aculei. Ha forma tipicamente conico-allungata con brattee ben serrate, solitamente verdastre. Viene raccolto settimanalmente tra novembre e febbraio. Un'altra varietà tipica di questa terra, il «Masedu» (inerme, ovvero senza spine), è stato soppiantato da Violetto di Provenza e Tema 2000, che prendono piede anche qui per le loro caratteristiche di produttività e precocità. Una corsa all'anticipo che rischia di spiazzare le varietà primaverili. Sono diffuse in Campania, Toscana e Lazio, terre delle, finora, uniche indicazioni geografiche protette: quelle del Romanesco e del Carciofo di Paestum. Producono tra febbraio e giugno e comprendono le varietà Castellammare, Campagnano e Violetto di Toscana. Dopo una fase di stasi sono in pieno rilancio grazie anche all'attività di miglioramento genetico. I cloni Terom e Tema 2000, nel caso del Violetto di Toscana, e C3, nel caso del Romanesco, ne hanno infatti aumentato la pre-

cocità e rivalutato la resa, consentendo di programmare le raccolte con scalarità per evitare un'offerta troppo concentrata.

IL PIÙ GROSSO E TENERO

Il Romanesco è il carciofo più grosso e più tenero, viene coltivato dalla Maremma viterbese all'Agro Romano e a quello Pontino, vicino al litorale di un altro sbarco alleato. Tarquinia, a metà strada esatta tra Roma e Grosseto, mantiene la testimonianza dell'antico legame della Maremma con il carciofo (affrescato all'interno di una tomba della necropoli etrusca). La pianta del Romanesco raggiunge notevoli dimensioni e i capolini rotondeggianti («mamme» o «mammole») hanno colorazione verde-violacea con sfumature rossastre. Il capolino centrale, chiamato «cimarolo», è il più ricercato perché più tenero e con le foglie (brattee) più serrate. Il disciplinare del Romanesco igp impone di allevare un solo carduccio per pianta. L'eliminazione manuale di quelli superflui è detta scarducciatura e insieme alla dicioccatura (ovvero l'asportazione degli steli che hanno portato i capolini) sono operazioni colturali che favoriscono lo sviluppo della pezzatura. Le «mamme» sono il simbolo del Lazio vegetale: hanno poco scarto e sono adatte per essere cucinate. Le ricette tipiche sono «alla romana», cotte con poca acqua e condite con abbondante olio di oliva, oppure «alla giudia», fritte, croccanti, con i gambi sottosopra. Per il consumo crudo è invece più adatto il Violetto Toscano caratterizzato da pezzature medio-piccole, forma conico-ovoidale con la parte terminale delle brattee più esterne leggermente ricurva verso l'esterno. È estesamente coltivato in Toscana e nell'Italia centrale. Quando è giovane e tenero può essere tagliato a fettine, condito con olio e limone per evitare che annerisca e consumato direttamente.

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

Il carciofo stimola soprattutto due organi: il fegato e i reni. Questo ortaggio aumenta la produzione di bile da parte del fegato. La bile contribuisce alla digestione dei grassi, ma è anche un veicolo fondamentale per l'eliminazione dall'organismo di molte scorie metaboliche, di parecchi tossici e del colesterolo. Il consumo di carciofo è quindi utile in tutti i casi di maldigestione, di affaticamento epatico, di intossicazione, di ipercolesterolemia e per prevenire l'arteriosclerosi. Il carciofo, inoltre, attiva la funzione renale e favorisce l'eliminazione dell'azoto e dell'urea. Questo ortaggio è quindi interessante per chi soffre di iperuricemia, di gotta, nelle artrosi e perfino nelle insufficienze renali di grado modesto. La depurazione organica prodotta dal consumo di carciofo ha inoltre riflessi positivi in molte malattie della pelle: dal prurito all'orticaria, dagli eczemi alla psoriasi.Il carciofo, infine, ha una certa capacità di ridurre la glicemia (il livello di glucosio nel sangue) e ha dato risultati positivi nel diabete in fase iniziale.

Paolo Pigozzi
Medico nutrizionista

STORICHE VARIETÀ LOCALI

Oltre a queste tipologie, molti altri ecotipi hanno diffusione solo locale e un aspetto che merita attenzione e incoraggiamento è il recente sforzo per il recupero e valorizzazione di antiche varietà quali: la Domestica di Castelvetrano (Trapani), il Violetto Spinoso di Albenga (Liguria), il Bianco di Pertosa (Salerno), il Precoce di Jesi (Marche), il Mazzaferrata (Abruzzo) e il Violetto di Sant'Erasmo (Veneto). Quest'ultimo, derivato proprio dal Violetto Toscano, occupa la zona di produzione più a nord del carciofo. La coltivazione è oggi limitata alle isole di Sant'Erasmo, Mazzorbo e Vignole, e testimonia la vocazione mediterranea della Serenissima. Qui il Mare Nostrum si mescola con le sabbie della laguna, perde il suo colore blu ma riesce con il suo influsso a riscaldare queste sue ultime estreme sentinelle. La produzione ha tradizionalmente inizio in aprile nel giorno di San Marco, con le cosiddette «castraure». Si tratta del prodotto più pregiato, il primo capolino prodotto che deve essere estratto con un taglio particolare.
Quelli successivi, raccolti nella stessa annata, dalla stessa pianta, hanno dimensioni e qualità diverse e sono chiamati «botoi», «sotoboto» e «masete» (di piccola pezzatura, ottimi da conservare sott'olio).

Giovanni Mauromicale
Dipartimento di scienze agronomiche, agrochimiche e delle produzioni animali
Università degli studi di Catania
Lorenzo Tosi

Si ringrazia Totò Ravalli di Niscemi (Caltanissetta) per la collaborazione e il materiale fotografico fornito.

Carciofo di Pietrelcina

Bianco di Pertosa

Il fiore del carciofo