

L'orto dei Frutti Dimenticati

Per "frutti dimenticati" si intendono quelle produzioni arboree frutticole quali nespola, sorba, pera volpina, mela cotogna, corbezzolo, corniolo, melograno, prugnolo ed altre, ottenute in prevalenza in aree marginali collinari, che in passato erano diffusamente conosciute e utilizzate dalle popolazioni locali nell'ambito di un'economia agricola di autosussistenza, all'interno di un utilizzo poco più che familiare, e che oggi raramente vengono ancora coltivati. Attualmente, infatti, dato il modificarsi delle modalità produttive agricole rivolte soprattutto al mercato, questi frutti rischiano la vera e propria estinzione e con questo il perdersi di tradizioni culturali e culinarie tipiche della dimensione contadina.

L'arte di coltivare queste piante è un'antica pratica tramandata di generazione in generazione, in un agro-ecosistema particolarmente adatto alle coltivazioni arboree montane, favorite da un clima asciutto, da una forte intensità e qualità di radiazione solare, dall'escursione termica diurna/notturna, da copiose rugiade, da un'ottima impollinazione. L'emigrazione e il frazionamento eccessivo dei terreni ha permesso lo sviluppo di una "frutticoltura familiare": le piante venivano coltivate quasi naturalmente prediligendo quelle a fusto medio-alto per consentire la coltivazione contemporanea di cereali, legumi e foraggio. Ogni contadino custodiva gelosamente le proprie varietà, locali o provenienti da luoghi lontani di emigrazione e dalle valli vicine, contribuendo così a selezionare un patrimonio straordinario di biodiversità. Il progressivo allontanamento dalla campagna ha lasciato queste coltivazioni in uno stato di abbandono che ha messo a rischio la ricchezza genetica dei nostri campi. Il patrimonio locale, frutto di tanto lavoro da parte di generazioni di contadini, va salvaguardato e valorizzato per impedirne la scomparsa: da questo nasce il progetto di realizzazione di un parco dei "frutti minori", un percorso fatto di colori, profumi e sapori "d'na vota" alla riscoperta delle antiche varietà. Alcune di queste varietà sono di seguito descritte con una sintesi sulle principali caratteristiche.



Corbezzolo (*Arbutus unedo L.*)

Arbusto tipico della macchia mediterranea, è di grande importanza forestale per la grande facilità con cui ricresce dopo gli incendi. La presenza contemporanea in autunno dei fiori dal colore delicato e dei frutti rosso vivo sulle foglie verdi ne hanno fatto la pianta nazionale durante il Risorgimento. Nei tempi passati le foglie di corbezzolo essendo ricche di tannini venivano usate per la concia delle pelli. Come suggerisce il nome scientifico unedo, dal latino "unum edo" ne mangio uno, non si può eccedere nel consumo dei frutti in quanto indigesti e lassativi. Se ne preparano comunque ottime marmellate, gustosi canditi e grappe. Ottimo e pregiato anche il miele di corbezzolo per il gradevolissimo sapore amarognolo.



Corniolo (*Cornus mas L.*)

Arbusto amante dei terreni calcarei, il corniolo è riconoscibile in primavera per la vistosa e precoce fioritura gialla, e in estate, per i frutti di colore rosso vivo. Come il sambuco è una pianta dai mille usi noti dai tempi più antichi. Il nome latino cornus ne evoca la durezza del legno, impiegato in passato per fabbricare le aste di lance e frecce. La corteccia era nota anche per le proprietà astringenti. I frutti che si raccolgono in agosto e settembre, quando assumono un colore rosso scuro, erano utilizzati sia freschi che sotto forma di marmellate e sciroppi. Particolari le "olive di corniolo" ottenute conservando in salamoia i frutti quando iniziano a maturare.



Nespola (*Mespilus germanica L.*)

Arbusto originario dell'Asia Minore, cresce spontaneo nei nostri boschi ormai da tempi remoti. I suoi frutti, "nespoline", si raccolgono in autunno ed hanno un potere leggermente astringente e diuretico. Considerate già dai greci e romani una leccornia, nelle nostre campagne le nespoline venivano raccolte acerbe e conservate in luogo fresco e asciutto su uno strato di foglie a "marcire", ovvero a subire un processo di fermentazione naturale che ha inizio subito dopo la maturazione e che le rende più dolci e morbide.



Prugnolo (*Prunus spinosa L.*)

E' un arbusto spinoso con il fusto ampiamente ramificato. Cresce spontaneo nei boschi ed in passato veniva utilizzato per formare siepi di confine. E' facile vedere tra i suoi rami nidi di uccelli che protetti dalle spine nidificano indisturbati. I fiori e la corteccia sono dotati di proprietà astringenti e antinfiammatorie, i frutti sono impiegati per fare marmellate e liquori dal piacevole aroma, ma sono molto aciduli anche maturi. Solo dopo i primi freddi diventano morbidi e piacevoli al palato.



Rosa canina (*Rosa Canina L.*)

La rosa canina è un arbusto cespuglioso diffuso su tutto il territorio. Particolarmente resistente si può trovare fino a 1500 m di altezza. Le sue bacche, ricche di vitamina C, si raccolgono in autunno per farne una deliziosa marmellata. Asciugate al sole e conservate in vasi di vetro consentono di preparare tisane che sono un utile e antico rimedio contro i raffreddori invernali. Tante leggende sono legate a questo arbusto. Nei paesi delle Alpi apuane si credeva, tra l'altro, che un rametto di rosa canina alla porta tenesse lontano il malocchio.



Sambuco (*Sambucus nigra L.*)

E' un arbusto che predilige i luoghi umidi e ricchi di azoto, per questo è facile trovarlo tra le rovine delle case diroccate. Da secoli l'uomo ha familiarità con questa pianta della quale ha imparato ad utilizzarne tutto: da foglie, fiori e corteccia si ricavano i colori verde, lilla e nero, dal legno, tenero e facilmente lavorabile, vari utensili come piccoli pettini e cucchiari. In passato i ragazzi ne utilizzavano i rami per farne gli "stoppietti" ovvero piccoli ed economici fucili a stantuffo oppure rustiche sigarette.

Note da tempo sono anche le proprietà medicinali: con infusi di fiori si curava la tosse, impacchi di fiori venivano applicati su scottature e foruncoli, un estratto delle radici veniva usato come purgante. In particolare i fiori, oltre ad avere un'azione antinevralgica, diuretica e lassativa, sono un ottimo ingrediente per sciroppi, marmellate, profumate frittate e frittelle.



Sorbo (*Sorbus domestica L.*)

Si presenta come arbusto alto al massimo 15 metri, molto longevo e a crescita lenta. Il suo legno, compatto e facilmente lucidabile, ha un buon uso in falegnameria.

Cresce nei boschi dal mare alla zona sub-montana prediligendo i suoli calcarei. E' conosciuto fin dalla antichità per i suoi frutti, le sorbe, che i Romani facevano fermentare insieme al grano ottenendo una bevanda alcolica simile alla birra, detta cerevisia. Nell'uso locale le sorbe vengono raccolte in autunno, disposte su uno strato di paglia a maturare, diventano commestibili solo quando, dopo alcune settimane, assumono un colore bruno.

I
F
R
U
T
T
I
D
I
M
E
N
T
I
C
A
T
I

