

Offerta di qualità e ottimi prezzi

Settimana ideale per rinvigorire i consumi di frutta e verdura. E' sufficiente dare un'occhiata alla pagella di Bussola verde per notare la ricchezza in varietà dei prodotti di stagione presenti, la qualità dell'offerta ma anche i prezzi buoni: infatti soltanto peperoni e melanzane risultano con voto insufficiente. Varietà e qualità in effetti fanno parte del corredo genetico dell'ortofrutticoltura italiana, che detiene un sacco di primati: l'Italia è leader nella produzione di frutta e verdura nell'Unione Europea allargata a 27 paesi, il nostro raccolto è di 30 miliardi di chili coltivato su 1,3 milioni di ettari di terreno. L'Italia è il primo produttore mondiale di kiwi, il secondo per il pomodoro da industria. In ambito comunitario il Belpaese ha la leadership per uva da tavola, kiwi, pere, pesche, nocciole, carciofi, cavolfiori, melanzane, e si piazza secondo per mele, agrumi e pomodori. Quanto al consumo, in Europa i più ghiotti sono i Greci, ma anche noi italiani ci comportiamo bene nella classifica con 417 grammi, anche se in termini assoluti c'è ancora spazio e necessità per incrementare la quota, proprio per raggiungere quel consumo quotidiano ritenuto fondamentale per la nostra salute soprattutto negli aspetti di prevenzione di diverse malattie, suddivisi in quelle famose 5 porzioni al giorno tra frutta e verdura che dovrebbero accompagnare pasti, colazioni, cene e spuntini. I frutti preferiti da noi italiani sono nell'ordine le mele, le arance, banane, pere e pesche, mentre tra gli ortaggi prevalgono le patate, i pomodori, le angurie, cipolle e zucchine.

Eppure, nella mese su clima in mutazione (con caldo e siccità nell'aprile, ma ancora un po' di culture, secondo alcuni, a rischio), la tipica dieta mediterranea, proprio per le stagioni che non sono più quelle di una volta: ciliegie a fine aprile anziché a giugno, carciofi in anticipo di 15 giorni, superficcolta invernale sugli alberi da frutto, ulivi in sofferenza. Insomma, olio, pomodori, frutta e verdura, i punti forti della nostra dieta mediterranea, sarebbero in pericolo. In Emilia Romagna sotto stress termico sono vaste colture di peschi, colpite anche le piantagioni di susini, ciliegi e mandorli, per le quali si parla di uno sfalsamento di 45 giorni. paiono sballate tutte le orticole di primo campo, come le cicorie e gli spinaci, e anche i prodotti tipici per le zuppe, come i cardi, che stanno venendo su molto in anticipo. Da un punto di vista del mercato questo si può tradurre in una concentrazione di offerta cui non corrisponde altrettanta domanda: per alcuni aspetti si può tramutare in un risparmio per il consumatore (come in queste settimane sta avvenendo per il boom di carciofi in arrivo da Lazio e Sardegna, o di scarola dalla Puglia) ma anche in problemi per agricoltori costretti in alcune aree d'Italia a smantellare colture con i prodotti già maturi ancora sui campi perché invenduti e a ripiantare. Il clima invernale stravolge i normali ritmi della natura, e questo perché quando ad esempio la pianta soffre la sete mettono in moto meccanismi di sopravvivenza per cui o sviluppano le foglie a scapito della produzione di frutti o fioriscono in anticipo con una superproduzione di fiori che però spesso sono destinati a cadere. Ancor più importante dunque, per tutelare la produzione made in Italy, è evitare l'arrivo di prodotti di importazione destinati ad essere spacciati come italiani, l'obbligo di indicare l'origine in etichetta.

E per finire, un salto in cucina in compagnia proprio dei nostri carciofi. togliere le foglie grosse a un chilo di carciofi, farli marinare nel succo di limone per mezz'ora. In un tegame mettere olio, 4 spicchi d'aglio, 1 mazzetto di prezzemolo tritato, sale, pepe e quindi i carciofi ridotti a spicchi. Fare insaporire qualche minuto mescolando; quindi unire 1 bicchiere d'acqua, abbassare la fiamma, incoperchiare e portare a cottura. Prima di togliere dal fuoco versare nel tegame il succo di due limoni: mescolare e servire.

EVALUATION