

## Agrumi nella fruttiera dell'inverno

Nella fruttiera dell'inverno spiccano gli agrumi, e tra questi il mandarino, uno dei tre agrumi originali del genere assieme al cedro ed al pomelo. Da quando è stata accettata la teoria secondo la quale tutti gli agrumi derivano da queste tre sole specie, il mandarino ha acquistato importanza storica, in quanto si tratta dell'unico frutto dolce nella "triade".

La specie originale è il *Citrus nobilis* e proviene dal Giappone e dalla Cina, (e ancora oggi in occasione del Capodanno cinese, sulle tavole non mancano mai i mandarini che secondo la tradizione, portano ricchezza.) . Ma a giungere per prima in Europa è stata la specie *Citrus reticulata* che è originaria dell'Indonesia ed dell'India. Bisogna dire però che si tratta più che altro di una differenziazione puramente geografica, in quanto tra le due specie non esistono grandi differenze, il che conferma la grande forza di questa pianta che è riuscita a mantenere praticamente inalterate le proprie caratteristiche attraverso secoli e continenti. Curiosa l'etimologia del nome: nel 1828, quando il frutto fece la sua comparsa nel Mar Mediterraneo, lo si chiamò mandarino a causa della sua origine. Tutti sapevano che in Cina le massime autorità erano appunto i "mandarini", perciò sembrò giusto dare lo stesso nome a questi nuovi frutti altrettanto nobili e pallidi in confronto alle arance. L'appellativo scherzoso non tardò a diventare la denominazione ufficiale.

Il mandarino è il frutto fresco più ricco di zuccheri (oltre il 17%) e quindi di calorie, 72 per 100 g. Questa caratteristica, associata all'indice di sazietà piuttosto basso, fa del mandarino un frutto di cui non abusare e di cui vanno valutate sempre le quantità assunte. Infatti non è difficile mangiare 1 kg di mandarini, per un totale di ben 500 calorie.

Ma non bisogna nemmeno dimenticare che come tutti gli agrumi anche il mandarino è un prezioso serbatoio di vitamina C, e una buona fonte di calcio, potassio e fibre. Di solito lo si mangia fresco, ma si possono fare anche ottime marmellate, canditi e perfino liquori. La buccia contiene un terpene antiossidante, il limonene, e un olio essenziale utilizzato per produrre liquori, sciroppi e profumi.

La varietà principale di mandarino è quella detta "Avana", o "Palermitana". Esistono, poi, gli "ibridi", mandaranci e clementine, oggi molto diffusi, perché hanno ereditato le qualità migliori dell'"originale", eliminando il "fastidio" dei nocciolini contenuti negli spicchi. Ma tornando al mandarino, tra i più apprezzati il "Tardivo" di Ciaculli, che prende il nome dall'area dove fu scoperto, localizzato nella fascia costiera che si sviluppa ad est del palermitano, e dall'epoca di maturazione più tardiva rispetto a quella dei mandarino Avana tradizionalmente coltivato nella zona. Proprio l'epoca di raccolta ne ha determinato una enorme diffusione, insieme alle ottime caratteristiche qualitative del prodotto dal forte aroma all'alto contenuto zuccherino.

Gli Inglesi e gli Americani, usano come sinonimo di mandarino il nome tangerine, (per la sua importazione dal mediterraneo), ma si tratta in realtà di due distinte varietà, il tangerino è un ibrido del mandarino con l'arancio. Alcuni esperti, specialmente americani, includono tra i mandarini anche le clementine, ma la classificazione è molto discussa. Anche le clementine o mandaranci sono degli ibridi, e precisamente tra il mandarino e l'arancio amaro, ha una scorza spessa e arancione e la polpa è spesso priva di semi. Infine il mapo (incrocio tra il mandarino e il pompelmo) e altra storia per il cosiddetto mandarino cinese, piccolo ed ovale, chiamato anche kumquat.