

“Iniezioni” naturali di vitamina C

Una stagione che necessita di “iniezioni” naturali di vitamina C e allora ben venga la frutta, dal kiwi agli agrumi. Agrumi che appartengono ai generi Citrus, Porcinus e Fortunella, sono originari dell'Asia orientale e in particolare di una vastissima zona, che si estende dai versanti meridionali dell' Himalaia all'Indocina, Thailandia, Malaysia, e Indonesia. La loro origine tropicale e' confermata dall'apparato radicale, (moderatamente superficiale ed espanso, non adatto a resistere a prolungate siccità), dalle foglie, e anche dal fatto che non hanno bisogno di basse temperature invernali, che inducono riposo vegetativo ai fini della fioritura, e la loro suscettibilità ai danni da freddo. L'India sembra la regione più ricca di forme selvatiche, ed è in quest'area, in Indonesia e nella Cina meridionale, che si sarebbe sviluppata, non meno di 4 mila anni fa, la coltura degli agrumi. Infatti, le più antiche indicazioni nella letteratura indiana e cinesi vanno riferite ad un periodo compreso fra gli anni 2400 e 800 a.C.

Il cedro è stato il primo agrume ad essere coltivato. Sembra infatti che fosse già sufficientemente conosciuto nell'attuale Iran nel VII secolo a.C. per merito della relazione commerciale tra quelle popolazioni e l'India, attraverso la valle dell'Indo.

La clementina e' frutto di una pianta ottenuta attraverso l'ibridazione del mandarino e dell'arancio, cioè una delle specie che si annoverano tra i mandaranci. Sembra che i primi ibridi siano stati ottenuti in Algeria, ma i dati sulla persona che li effettuò sono controversi: secondo alcune fonti l'incrocio sarebbe stato fatto casualmente, intorno al 1940, da un certo padre Clément Rodier del convento di Missergin nei pressi di Orano. Altre fonti danno per certo che l'intervento sia stato effettuato alcuni decenni prima da un sacerdote, tale Pierre Clément, per cui rimane qualche incertezza sul Clément che realmente ha dato nome a questo frutto. Ma c'e' un'altra ipotesi: che l'ibrido sia molto più antico e provenga dalla Cina o dal Giappone, e il religioso algerino l'avrebbe solo introdotto nel Mediterraneo.

Sta di fatto che dal 1940 sono uno degli agrumi stabilmente presenti sul mercato italiano e, negli ultimi decenni, i frutti più venduti dopo le arance.

Le differenze sostanziali tra clementina e mandarino, sono da ricercarsi nel colore della polpa, decisamente più aranciato, inoltre non è mai appiattito come i mandarini, ma sempre ben rotondo, e il gusto invece è più simile all'arancio, con un perfetto equilibrio tra l'agro ed il dolce (spesso preferito in quanto non eccede mai in acido).

Due clementini al giorno forniscono il 50% del fabbisogno di vitamina C e 50 kcal, e in questo momento presentano un ottimo rapporto qualità prezzo, come confermato dai voti della pagella di BUSSOLA VERDE.