

SLOW FOOD, È IN LIBRERIA L'ATLANTE GASTRONOMICO DELL'ORTO



CARCIOFO

Cynara scolymus L. (Compositae o Asteraceae)

Pianta perenne con rizoma dalle cui gemme si sviluppano fusti alti fino a un metro e mezzo. In alcune cultivar le foglie, oblungo-lanceolate, hanno estremità acuminata spinose. Il capolino, di forma sferoidale, conica o cilindrica e di diametro variabile dai 5 ai 15 centimetri, presenta un ricettacolo carnoso sul quale sono inseriti i fiori tubulosi, con corolla azzurro-violetta, ridotti a una peluria con il procedere della fioritura. I frutti – impropriamente chiamati semi – sono acheni di colore marrone o grigio-brunastro, provvisti di un'appendice piumosa (pappo) che ha la funzione di favorire la dispersione grazie al vento. Nel capolino l'infiorescenza è protetta da brattee (foglie modificate) in parte sovrapposte, con apici inermi o spinosi, le più interne tenere e carnose, le esterne coriacee e fibrose. La parte edule è rappresentata dalle brattee interne e dal ricettacolo immaturo (cuore nel lessico gastronomico), talvolta da parte del fusto (gambò). In alcuni casi l'ortaggio è coltivato anche per la produzione dei carducci, germogli erbacei laterali, sterili, che spuntano tutto intorno alla pianta madre.

GEOGRAFIA E STORIA

Come il cardo (*Cynara cardunculus* L. var. *altissima*), il carciofo condivide la prima parte del nome scientifico, *Cynara scolymus* L., con il suo progenitore, il cardo selvatico (*Cynara cardunculus* L. var. *silvestris*). La denominazione del genere botanico passò dal greco al latino favorita dall'assonanza con *cinis*, *cineris* (cenere), ma non c'entrano né il colore grigiastro delle brattee né l'uso, citato da Columella, della cenere come concime. Piuttosto, in greco antico termini simili a *kynára* o *kynára* indicavano i rovi, in particolare la rosa di macchia detta canina: matrice della parola potrebbe essere quindi *kyon*, *kymós*, cane. Del resto il nome della specie, *scolymus*, si connette a *skoolos*, palo appuntito ma anche spina, pungiglione. Dal tardo latino *artictactus*, l'inglese *artichoke*, il francese *artichaut*. L'italiano attuale carciofo (attestato dal Cinquecento) si ricollegerebbe all'arabo *harsuf* (*kharshaf*), a significare l'impulso dato dai Mori alla coltivazione di questa pianta erbacea di probabile origine mediterranea orientale, di cui già nell'antichità si consumavano anche le infiorescenze immature.



Le regioni dove è più coltivato sono Puglia, Sicilia, Sardegna.

L'AQUILA - Un libro per avviare una piccola rivoluzione, quella gastronomica, che partendo dalle nostre cucine risalga il percorso inverso fino a ritrovare la meraviglia di vedere crescere qualche piantina nel nostro orto. O di andare a fare la spesa con il gusto di sapere, per la nostra ricetta, qual è la varietà migliore da acquistare. Meglio se dal contadino a questo punto che ci racconta tutto quello che c'è da sapere sull'ortaggio che ha coltivato.

È l'*Atlante gastronomico dell'orto*, appena arrivato nelle librerie italiane e on line per Slow Food Editore.

Non si tratta solo di un manuale, anche se ci sono le basi dell'orticoltura per ciascuna specie e varietà presa in considerazione, ma nemmeno solo di un ricettario, anche se ci sono le ricette-simbolo di ogni ortaggio e i consigli per scegliere ciò che è più appropriato a seconda degli usi in cucina e del periodo dell'anno; non è solo un repertorio botanico, anche se ci sono bellissime tavole illustrate; non è nemmeno soltanto un elenco di varietà, di denominazioni di origine, di racconto su che cosa è locale o stagionale in Italia.

Insomma quello che ha pensato Slow Food Editore è un vero e proprio atlante, che permetta di orientarci tra le stagioni e i territori, accenda la curiosità di aggirarsi per i banchi del mercato consapevoli di quello che si vuole acquistare, suggerisca utilizzi spesso inaspettati per variare e arricchire la nostra dieta e invogli a sperimentare nel proprio orto casalingo nuove varietà.

Seguito ideale del fortunato *Atlante gastronomico delle erbe*, il libro descrive le differenti varietà e i periodi di semina, trapianto e raccolta, le proprietà nutrizionali, la storia, le curiosità e gli usi in cucina. Scheda dopo scheda ognuno di noi potrà scegliere le verdure che più si adattano alle nostre abitudini o sperimentare saporite novità. Imparerà a individuare il pomodoro più adatto per la salsa o l'insalata, le melanzane giuste per la parmigiana, i cavoli da mangiare crudi o cuocere o far fermentare e tanto altro ancora.