

Stagionalità dei prodotti alimentari

Da molti anni sono scomparse le *primizie*, precisamente da quando sui banchi dei supermercati si trovano tutte le tipologie di frutta e verdure durante tutto il decorso dell'anno.

Un tempo si aspettava con trepidazione le prime fragole, le ciliegie o le pesche e si era disposti a pagare profumatamente le prime raccolte di carciofi, fave o altri ortaggi pur di tornare presto a degustarli dopo un intero anno di attesa. Così facendo, tutti conoscevano la stagionalità dei meloni dell'uva e le angurie o quella relativa alla disponibilità delle castagne, dei peperoni o dei fagiolini. Questa conoscenza è ormai retaggio di pochi e moltissime persone non conoscono affatto quando un prodotto viene raccolto in quella stagione o è il frutto di forzature delle pratiche agricole (serre riscaldate) oppure arriva dall'altro emisfero della terra.

Ma qual è l'importanza di avere tali conoscenze?

Un frutto o un ortaggio raccolto nel periodo della sua maturazione e ottenuto senza forzature di sorta è senza dubbio più nutriente e salutare ma è soprattutto di sapore più buono.

Per poter commercializzare un frutto o un ortaggio che deve essere consumato in un posto molto lontano dal luogo di produzione, è necessario anticipare il momento della raccolta. Se venissero raccolti quando sono pienamente maturi, una volta giunti nel luogo di consumo, essi sarebbero ormai surmaturi o comunque non più utilizzabili. La frutta o gli ortaggi raccolti anzitempo e maturati nei magazzini di stoccaggio hanno sapori e consistenze molto differenti da quelli che completano il loro ciclo vitale direttamente sulla pianta. Spesso hanno sapore di stantio e quando vengono trattati con additivi che ne stabilizzano la conservazione sono persino tossici.

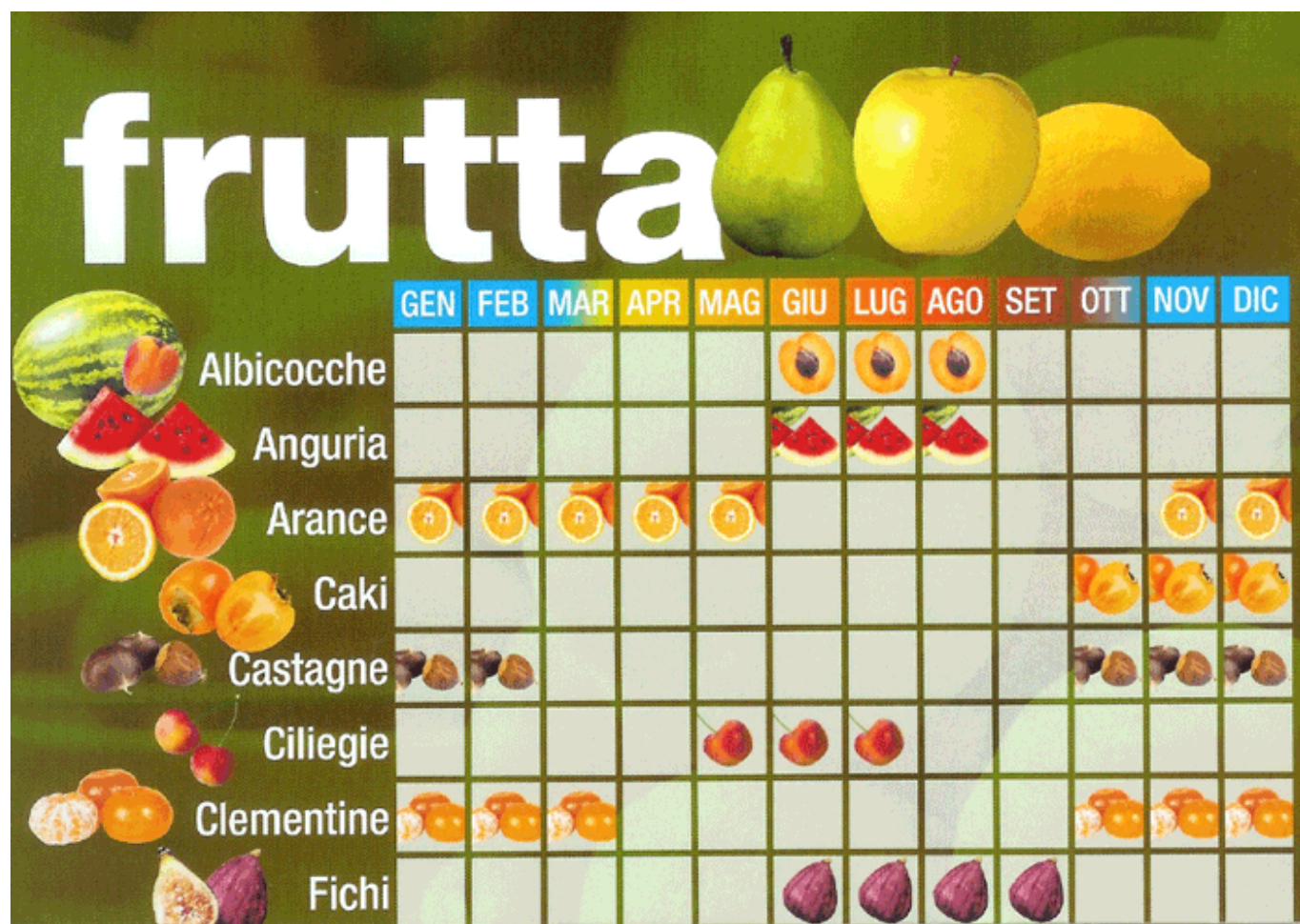
Non è un caso che la cucina di qualità, oggi, si basa sull'utilizzo di materie prime reperite sul territorio circostante, possibilmente prodotte con sistemi di agricoltura biologica o biodinamica, acquistate direttamente dal produttore.

Seguire la stagionalità dei prodotti della terra rappresenta la sintesi dello slogan coniata dall'associazione Slow food che recita: Mangiare è un atto agricolo.


Il significato dello slogan può prestarsi a diverse interpretazioni ma sicuramente ha in sé il significato che ogni scelta alimentare è in grado di determinare ciò che si produce. Tornare a privilegiare gli alimenti a chilometro zero, coltivati nel rispetto dell'ecosistema ambientale e remunerati al produttore in modo equo, rappresentano scelte consapevoli per il futuro dell'umanità e della salvaguardia della propria salute.















































































































Per questa ragione ci sembra interessante riassumere, attraverso lo schema sottostante, la stagionalità dei principali prodotti della terra in modo da poterlo consultare, ai fini di una scelta più oculata e responsabile e tornare ad alimentarsi in modo sano e salubre.

Franco Tacconelli



verdura



| | GEN | FEB | MAR | APR | MAG | GIU | LUG | AGO | SET | OTT | NOV | DIC |
|---|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|
|  Aglio | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  Asparagi | | |  |  |  |  | | | | | | |
|  Barbabietole |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  Bietola da costa |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  Carciofi |  |  |  |  |  | | | | |  |  |  |
|  Carote |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  Cavolfiore |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |
|  Cavolo broccolo |  |  |  |  | | | | |  |  |  |  |
|  Cavolo cappuccio |  |  |  | | | | | | |  |  |  |
|  Cavolini Bruxelles |  |  |  | | | | | | |  |  |  |
|  Cavolo verza |  |  |  |  | | | | |  |  |  |  |
|  Cetriolo | | | |  |  |  |  |  |  | | | |

Le ricette di CucinacoNoi

Ricette di cucina, enologia, rubriche...

<http://www.cucinaconoi.it>

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|------------|---|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|---|
|  | Cipolla | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Fagioli | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  | Fagiolini | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |
|  | Fave | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |
|  | Finocchio |  |  |  |  | | | | |  |  |  |  |  |
|  | Insalata |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Melanzana | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |
|  | Peperone | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |
|  | Piselli | | |  |  |  | | | | | | | | |
|  | Pomodori | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  | Porri |  |  |  |  | | | | | | |  |  |  |
|  | Prezzemolo |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Radicchio |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Ravanello |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Sedano |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Spinaci |  |  |  |  |  | | | |  |  |  |  |  |
|  | Zucca |  |  | | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  | Zucchine | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | |

