

18 Novembre 2016

La piccola mela annurca, concentrato per la salute dall'orgoglio campano

Prima ha rischiato l'estinzione, poi ha conquistato l'Igp e le sue proprietà per la salute sono state riconosciute dalla scienza: ricca di polifenoli, combatte il colesterolo



Biodiversità

Una piccola **mela tonda, croccante, saporita e preziosa**. La **mela annurca Igp**, tipica della Campania, è un **frutto antico** capace di grandi imprese: ha rischiato l'estinzione ma grazie alle sue doti ha riconquistato le campagne e, nel 2006, è riuscita ad ottenere l'Igp (Indicazione geografica protetta).

Sempre più amata, è arrivata anche agli onori della cronaca perché uno studio ha dimostrato le sue grandi capacità contro il colesterolo. **Ricca di fibre e di vitamine del gruppo B, PP, C e sali minerali** (in particolare potassio, ferro, fosforo e manganese), è stato dimostrato che la mela annurca **aiuta a regolare le funzioni intestinali, è diuretica** e indicata spesso nelle diete dei diabetici. Una ricerca del Dipartimento di scienza degli alimenti dell'**Università di Napoli Federico II** ha dimostrato che questo frutto antico ha un'**azione gastroprotettiva e benefica** sul livello del colesterolo nel sangue. Tutto questo grazie all'**alto contenuto di polifenoli**.

La mela annurca Igp, che cresce principalmente nell'Aversano e nei paesi della provincia di Benevento e Caserta, ha una storia antichissima. Le sue tracce si trovano infatti già in epoca romana. Fino agli anni '60 questa mela campana fu coltivata per tradizione nelle campagne partenopee, poi pian piano fu **sostituita dalle mele americane, più belle e più grandi**.

Certo sul fronte del sapore non c'era confronto con le varietà d'Oltreoceano, ma il duro colpo delle nuove colture fece crollare la produzione della mela annurca. La passione di tanti agricoltori e la crescente consapevolezza del valore del prodotto locale ha restituito a questo frutto uno spazio di grande rilievo.

Definita **la regina delle mele**, la mela annurca, **dal colore rosso vivo striato di grigiastro e giallo**, ha

una **polpa croccante, soda e molto succosa**. Il sapore è leggermente acidulo e la buccia è liscia. Il **profumo, intenso e aromatico**, è una promessa che solletica il palato.

Questa mela è amata e coccolata dagli agricoltori: non va semplicemente raccolta, ma va **trattata e selezionata**. La maturazione del frutto, infatti, non avviene sulla pianta perché il **peduncolo, particolarmente corto, è poco resistente** e non garantisce la resistenza della mela sugli alberi. Le mele vengono perciò **raccolte ancora acerbe** e poi, da ottobre a dicembre, sono **lasciate maturare a terra** nei ?melai? su letti con materiale soffice vario (paglia, aghi di pino, trucioli di legno?). Nel periodo natalizio sono poi protagoniste sulle tavole partenopee.

Foto: Marilèna Norato

https://it.wikipedia.org/wiki/File:Melannurca_Campana.jpg [1]

Potrebbe interessarti anche

Il grano Senatore Cappelli, un'eccezione Made in Italy simbolo di biodiversità [2]

Merenda sana e sostenibile: l'educazione alimentare entra in classe [3]

In Puglia il primo vivaio comune della biodiversità locale [4]

Links

[1] https://it.wikipedia.org/wiki/File:Melannurca_Campana.jpg

[2] <http://territori.coop.it/sostenibilit%C3%A0/il-grano-senatore-cappelli-un-eccezione-made-italy-simbolo-di-biodiversit%C3%A0>

[3] <http://territori.coop.it/sostenibilit%C3%A0/merenda-sana-e-sostenibile-l-educazione-alimentare-entra-classe>

[4] <http://territori.coop.it/sostenibilit%C3%A0/puglia-il-primo-vivaio-comune-della-biodiversit%C3%A0-locale>