



GUSTO APPUNTAMENTI GOLOSI IN PROVINCIA DI PALERMO

Frittelle con carciofi e fave Isnello pronto per la Sagra

●●● A Isnello, nella provincia di Palermo, in occasione della Festa del S.S. Crocifisso di Santa Maria, sarà organizzata la «Sagra della Frittella». L'appuntamento è per venerdì 29 aprile.

Da alcuni anni, durante le ore serali, gli organizzatori della festa prevedono l'assaggio delle cosiddette «frittedde»: le frittelle, appunto, formate dai primissimi prodotti agricoli dell'anno: carciofi, fave fresche, piselli e finocchi selvatici, a cui si aggiungono sale e pepe. Le frittelle così composte vengono cucinate, in

abbondante olio extra vergine d'oliva locale, all'interno delle tradizionali «quarare», grandi recipienti di rame.

Una volta cotte, le frittelle, accompagnate dal pane e da un buon bicchiere di vino prodotto nella zona, vengono distribuite a tutti i partecipanti alla sagra che potranno così provare una delle ricette tipiche del territorio e della stagione. Le tradizioni gastronomiche di Isnello, infatti, sono legate alla storia, agli usi, al folklore ma soprattutto ai cicli stagionali della vegetazione. **co. ti.**

«Giornate dell'Agricoltura» Prodotti tipici a Valledolmo

●●● Valledolmo, piccolo comune della provincia di Palermo, si prepara ad ospitare le «Giornate dell'Agricoltura». La manifestazione, giunta alla 18ª edizione, si svolgerà nei giorni 28, 29, 30 aprile e 1 maggio.

La fiera è nata nel 1999 con l'intento di attuare una politica di rilancio e valorizzazione dell'agricoltura del comprensorio e delle numerose attività artigianali che costituiscono un importante veicolo per incrementare il flusso turistico del territorio. Negli anni, il suo riscontro è cresciuto, diventando un appuntamen-

to particolarmente atteso sia per le centinaia di espositori sia per i tanti visitatori, che avranno la possibilità di conoscere e apprezzare le eccellenze della produzione agroalimentare ed artigianale dell'economia valledolmese.

Cittadini e turisti, provenienti da varie parti della Sicilia, troveranno una vasta esposizione di attrezzature agricole, prodotti di artigianato e tipici della zona. Tutte le informazioni sul sito del comune siciliano e sulla pagina Facebook dedicata all'evento. **co. ti.**

CONSORZIO DELL'ETNA DOP. Esperti e produttori sono al lavoro per proporre frutti sbucciati, confezionati e tenuti sottovuoto al fine di evitare i processi degenerativi

Pale e bucce nella pasta e nei dolci

Del ficodindia non si butta via nulla

La pianta, sotto forma di confettura, può essere utilizzata per accompagnare un arrosto di maiale
La parte interna e anche più carnosa, invece, è l'ideale per realizzare gelatine o frittelle zuccherate

NUOVE TECNOLOGIE

Conservare i cibi, arriva la pellicola naturale e bio che si mangia

●●● Utilizzare gli scarti di alcuni cibi per conservarne al meglio altri. Ciò grazie a una pellicola naturale che non si trasforma in rifiuto ma, al contrario, si mangia.

Si tratta di film edibili, ecologici e totalmente biodegradabili che si potranno ricavare da sottoprodotti organici dell'industria alimentare come la pectina, estratta dalle bucce d'arancia, e il chitosano, presente nel guscio dei gamberetti.

La tecnologia ha trovato applicazione nell'ambito del progetto PON «Pectine» coordinato dal DISBA (Dipartimento di Scienze Bio-Agroalimentari) del CNR e ha visto la partecipazione degli esperti dell'ISAFOM (Istituto per i Sistemi Agricoli e Forestali del Mediterraneo) del CNR di Catania. Il team di ricercatori ha testato la pellicola bio su due prodotti tipici della nostra tradizione agroalimentare: i cuori di carciofo e i fichidindia.

«Abbiamo lavorato su due prodotti di nicchia dell'agricoltura mediterranea come il carciofo e il ficodindia. Oltre a rappresentare due tipicità del nostro territorio, entrambi richiedono una certa lavorazione per poter essere consumati, elemento che li ha resi particolarmente adatti a sperimentare le pellicole - sottolinea Salvatore Antonino Raccua dell'ISAFOM CNR di Catania -. Opportunamente processati, cuori di carciofo e frutti di ficodindia sono stati rispettivamente trattati con film di pectina e chitosano, quindi confezionati in vaschette di pronto uso e messi in commercio come prodotto biologico fresco. Le pellicole hanno garantito la perfetta conservazione del prodotto fino a 12 giorni nel caso del ficodindia e fino a 24-28 giorni per i carciofi». **co. ti.**

Cosima Ticali
PALERMO

Dai cladodi, i fusti modificati meglio noti come pale, alle spine; dalle bucce dei suoi frutti, in realtà si tratta di bacche con semi, ai semi stessi: del ficodindia non si butta via niente e anche gli scarti di questa pianta stanno trovando nuove e innovative applicazioni. A sfruttare le numerose proprietà nutrizionali di questo esemplare ma, soprattutto a intuirne le sue potenzialità economiche, sono stati i produttori e gli esperti del Consorzio per la tutela del Ficodindia dell'Etna DOP.

Costituito nel 2003, il consorzio nasce con l'obiettivo di riunire e tutelare i vari protagonisti della filiera ficodindicola, con particolare attenzione per i produttori agricoli dei comuni del sud-ovest etneo che, negli anni, hanno contribuito allo sviluppo del settore. Il ficodindia, infatti, non è più solo un prodotto da commercializzare solo come frutto, ma ogni sua parte, opportunamente trattata, può divenire una preziosa risorsa agroalimentare.

«Negli ultimi anni, si sono intuite le grandi potenzialità del ficodindia: una coltura specializzata dalla quale trarre un'opportunità commerciale. E così, ad esempio, per andare incontro alle esigenze delle famiglie italiane, sempre di corsa, ci stiamo impegnando sul piano della quarta gamma, proponendo frutti sbuccia-



Sopra l'insalata di pollo, spinaci e fichidindia. A sinistra Carmelo Danzi, presidente del consorzio del Ficodindia dell'Etna DOP, e Ada Parisi, giornalista, chef e blogger

ti, confezionati e tenuti sottovuoto per evitare processi degenerativi - spiega Carmelo Danzi, presidente del Consorzio per la tutela del Ficodindia dell'Etna DOP - Un settore su cui stiamo investendo è anche quello del beverage. Della pianta del ficodindia comunque siamo in grado di utilizzare ogni sua parte. Dalle spine, ad esempio, si ottengono sostan-

ze molto utili a scopo dermatologico; dall'olio dei semi, invece, elementi antiossidanti che ritardano l'invecchiamento cellulare. Pale e bucce poi trovano un vero e proprio riscontro da un punto di vista alimentare».

I fichidindia, dunque, diventano protagonisti anche in cucina, dove vengono gustati non più solo come frutto, da soli o all'interno di macedonie, ma anche come ingredienti che valorizzano piatti dal sapore unico.

«Il ficodindia è molto usato in ricette dolci, ma le sue note fresche e vegetali lo rendono perfetto anche in abbinamenti salati. Sotto forma di confettura, ad esempio, può essere utilizzato per accompagnare un arrosto di maiale oppure fresco può arricchire insalate a base di carni bianche - afferma Ada Parisi, giornalista, chef ed ideatrice del blog siciliano creativiincucina.it - Personalmente, sono solita preparare un'insalata che gioca sull'agrodolce grazie a ingredienti come il pollo, gli spinaci, le nocciole, il pecorino, le uova di quaglia e i fichidindia. Si tratta di un piatto leggero in cui la dolcezza e la freschezza del frutto vengono esaltate dalla sapidità del pecorino siciliano e dal sapore terribile degli spinaci.

Le pale più giovani e tenere, invece, si possono friggere, dopo averle impanate, o si possono saltare in padella per poi condire una pasta o preparare una frittata. La parte interna delle bucce dei frutti, quella più carnosa - conclude Parisi -, è ideale per realizzare gelatine o frittelle dolci».

spaccio Bio!

...il micromarket biologico

ORGANISMO DI CONTROLLO AUTORIZZATO DAL MINISTERO IT BIO 006 AGRICOLTURA ITALIA OPERATORE CONTROLLATO n. D1538

f Spaccio Bio
www.vitabiopalermo.com
spaccio bio

P.zza Fonderia, 12/13 - 90133 Palermo (alla Cala)
091 7910197 / 388 3059191
vitabiopalermo@gmail.com

LUN - VEN 10.00 / 14.00
16.00/20.00
SABATO 10.00 / 14.00
DOMENICA CHIUSI