

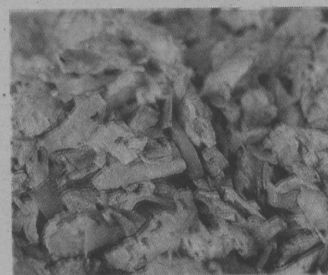


Carciofi di Sezze, la fantasia in cucina

L'evento Si svolgerà domenica 10 la prossima edizione della sagra che l'Amministrazione comunale dedica al «re degli ortaggi»

CURIOSITÀ

Senza spine e di forma tozza tendente allo sferico. A differenza di quello della provincia di Roma (Cerveteri e Ladispoli) che è quasi tondo, il carciofo «romanesco» di Sezze (si coltiva però anche a Pontinia, Priverno e Sermoneta) è più allungato. Anche il colore è diverso: violaceo quello romano, verde-violetto quello setino. Entrambi si presentano compatti e duri. Il più saporito comunque è quello di Sezze. Sono i terreni particolari (di medio impasto, torbosi e argillosi ma molto fertili, profondi e ricchi di sostanze organiche) e il clima mite, con contenute escursioni termiche, a renderlo così buono. Un'altra sua particolarità, infine, è il buco centrale: deve essere largo come un dito, sostengono i contadini setini più vecchi, per essere di qualità. Domenica 10 aprile si terrà la sagra che da anni l'Amministrazione comunale e i produttori locali dedicano a quello che viene definito «il re degli ortaggi». Negli ultimi anni i carciofi sono diventati il must della ristorazione setina. Non solo: hanno rivoluzionato i menù di parecchi locali, almeno nel periodo della loro raccolta. Se infatti in passato i carciofi venivano proposti soltanto nei tre tradizionali modi in cui a Sezze vengono cucinati



(fritti dorati, al forno e al tegame), ora vengono utilizzati nella creazione di nuove ricette. Alcuni esempi: crudi tagliati a fettine e conditi con olio extravergine d'oliva, limone o aceto balsamico; tagliati sempre a fettine e fritti; per farcire lasagne o cannelloni; nella preparazione di ragù con cui poi si condiscono risotti e tanti altri tipi di pasta; per arricchire pizze rosse o bianche, con o senza mozzarella. Sì, anche nelle pizzerie locali occupano ormai uno spazio di tutto rispetto. Il giorno della sagra, quando il centro storico setino si trasforma in un vero e proprio ristorante all'aperto, oltre che secondo la tradizione locale, vengono preparati pure in queste e in tante altre maniere. La diffusione dei carciofi si deve molto alla migrazione delle va-

rie comunità ebraiche. Non a caso le ricette più in uso sono di origine giudaica. E infatti a Roma sono rinomati quelli cucinati per l'appunto «alla giudia». Il primo che comprese l'importanza del carciofo in cucina fu Cristoforo da Messisbugo, cuoco del Duca D'Este, nominato conte da Carlo V. Oltre che per le bontà gastronomiche, il «re degli ortaggi» è molto apprezzato per le sue proprietà curative: la cinarina, contenuta nelle foglie, favorisce la diuresi renale e regola l'intestino. Sono mitiche le sue origini: Giove innamorato di una ragazza dai capelli color cenere, la trasformò in un carciofo. Il suo nome Cyra infatti deriva da cenere e la pianta davvero cresce più rigogliosa nei terreni cosparsi di cenere. ●