



I LIMONI

Il limone è il re degli agrumi e uno dei simboli stessi della Sicilia. Nel suggestivo scenario della campagna siracusana questo agrume trova il suo habitat perfetto e i frutti che nascono da queste terre danno il meglio di sé, tanto da essere famosi in tutto il mondo. Basta quasi guardarli per trarne energia. Con il loro punto di colore inconfondibile – non a caso questa particolare sfumatura di colore si chiama proprio giallo limone in loro onore – sono un vero tesoro per la salute. La campagna di informazione di UNAPROA “Nutritevi dei colori della vita” – che raccomanda di mangiare almeno 5 porzioni quotidiane di frutta e verdura di colori diversi per stare in salute – ci spiega come questa colorazione sia dovuta alle elevate quantità di betacarotene, una sostanza appartenente alla famiglia dei carotenoidi, che il nostro organismo converte in vitamina A, una sostanza fondamentale per numerose funzioni dell’organismo. Per il metabolismo del Ferro, il mantenimento della pelle, la piena capacità visiva e il buon funzionamento del sistema immunitario frutta e verdura di colore giallo-arancio non può mancare. **Luigi Meli**, dell’azienda siracusana **Pasam**, ci svela molti segreti di questo frutto.

Signor Meli, producite in questo territorio uno dei limoni più pregiati al mondo, il Femminello Siracusano. Ce lo presenta un po’?

“Qui nella campagna siracusana produciamo il Femminello Siracusano, un cultivar diffuso soltanto in una ristretta area della Sicilia Sud-Orientale, esattamente proprio nella provincia di Siracusa. Ha una buccia a grana fine, ed è noto per avere ottima resistenza, scarsi e piccoli semi, succo molto abbondante. Queste caratteristiche lo pongono tra i migliori d’Europa”.

Sappiamo che questa pianta ha varie fioriture durante l’anno. Quali sono le differenze?

“La pianta del limone di Siracusa "Femminello Siracusano" è molto generosa, perché fruttifica più volte durante l'anno di produzione, generando tre fioriture e a volte persino quattro. Le più importanti sono il Primofiore, il Bianchetto e il verdello. Il "PRIMOFIORE" è il frutto invernale, che viene raccolto a partire dal mese di ottobre fino al mese di marzo; il "BIANCHETTO" è la seconda fioritura e la sua epoca di raccolta va dal mese di aprile fino al mese di maggio; il "VERDELLO", infine, caratteristico per il suo colore verde è il frutto estivo, che viene raccolto dal mese di giugno fino a settembre. Insomma, è veramente il caso di dire che su una pianta di limoni Femminello siracusano c'è sempre un frutto da poter raccogliere”.

L’utilizzo della buccia dà un tocco speciale a molte ricette, possiamo mangiarla stando tranquilli per la nostra salute?

“Ormai da diversi anni i nostri produttori associati conducono le attività di produzione seguendo rigorosamente il disciplinare disposto dai nostri tecnici agronomi, privilegiando le tecniche del biologico o della lotta controllata. In questo modo possiamo garantire ai consumatori, che giustamente sono sempre più attenti alla propria salute, un frutto sano e al contempo senza pesticidi, che si può mangiare tranquillamente anche con la buccia”.

Moltissimi, specie nella cucina tipica siciliana, sono gli usi che si possono fare del limone, che in molti piatti non è solo un comprimario ma un protagonista assoluto. Ce ne racconta qualcuno?

“L’utilizzo del limone dà veramente un valore aggiunto in cucina dal punto di vista del sapore e per giunta è ipocalorico e molto salutare. Il consiglio che mi sento di dare è quello di utilizzare sempre limoni biologici, perché esenti da qualsiasi tipo di conservante e pesticida. Vi ricordo solo qualche specialità al 100% siciliana. Utilizzando l'intero frutto si possono fare delle gustosissime granite, semplicemente con la polpa di limone, la buccia di limone grattugiata, lo zucchero e il ghiaccio frullato. Oppure un più energetico sorbetto, frullando la polpa di limone e la buccia di limone grattugiata con la panna montata. Se poi avete ospiti e volete servire un liquore prodotto in casa, potete offrire loro del limoncello, molto facile da preparare con limone, scorza di limone, zucchero, acqua e alcol puro. Da servire ben ghiacciato. Quindi non mi resta che consigliarvi di non fare mai mancare in casa vostra il limone di Siracusa”.