



I POMODORI

A Mazzarone, nel cuore della Sicilia, presso l'azienda **LE 2C**, avviene la prima lavorazione di molti frutti e ortaggi che vengono raccolti dalle più fertili terre della Sicilia. Tra gli altri ortaggi che giungono qui, con in dono profumi e sapori particolarmente intensi grazie al calore del sole, ci sono i pomodori. Qui, come ci spiega **Massimiliano Consiglio**, vengono selezionati i migliori, che poi sono preparati per essere immesse nel circuito della grande distribuzione. Che sia ciliegino, datterino, a grappolo o costoluto il pomodoro siciliano è inconfondibile. Oltre all'intensità del gusto, questo ortaggio è un autentico scrigno di tutte le proprietà benefiche tipiche dell'ortofrutta di colore rosso. La campagna di informazione di UNAPROA "Nutritevi dei colori della vita", che raccomanda di consumare almeno 5 porzioni al giorno di frutta e verdura di colore diverso per tutelare la nostra salute-ci racconta di come la frutta e le verdure di colore rosso abbiano un alto contenuto di due fitocomposti con azione antiossidante: il licopene e le antocianine. Soprattutto se mangiati crudi, per esempio in insalata, i pomodori forniscono un nutriente importantissimo in grande quantità: la vitamina C che, se assunta giornalmente, contribuisce al mantenimento della normale funzione del sistema immunitario durante e dopo uno sforzo fisico intenso, alla normale formazione del collagene e alla normale funzione delle ossa, di cartilagini, gengive, pelle e denti. La vitamina C favorisce anche l'assorbimento del ferro presente negli altri alimenti.

Esotico di provenienza – arriva dall'America Latina ed è approdato in Italia solo dopo la scoperta da parte di Cristoforo Colombo del Nuovo Continente – il pomodoro è ormai uno dei simboli della dieta mediterranea per eccellenza. Quali sono, dottor Consiglio, le varietà che vengono prodotte qui e qual è il momento migliore per la raccolta?

"Il pomodoro ha subito negli ultimi anni grandi evoluzioni, sia nelle tecniche di produzioni che nelle varietà prodotte. Oggi la Grande Distribuzione Organizzata richiede varie tipologie di pomodoro , quali ciliegino, piccadilly, datterino, pomodoro grappolo, costoluto (il produttore mostra ciascuna varietà che nomina). Qui le produciamo tutte. Per quanto riguarda la raccolta, possiamo dire che ormai è estesa in tutti e 12 i mesi dell'anno".

Ancora in molti credono, sbagliando, che la stagione migliore per acquistare e consumare i pomodori freschi in Italia sia il periodo estivo. Qui in Sicilia, invece, anche i mesi invernali sono caratterizzati da grande intensità e qualità produttiva. È così?

"Come accennavo poco fa, oggi il pomodoro – specialmente qui in Sicilia – è prodotto durante tutti i 12 mesi dell'anno. Tale calendario di produzione è possibile grazie alla mitezza del clima e grazie alle strutture di produzione che consentono di usufruire completamente del potenziale produttivo del territorio".

Potente antiossidante, ricco di vitamina C e betacarotene, il pomodoro è un autentico alleato per la salute. Quali tecniche colturali e accorgimenti utilizzate per far sì che questo ortaggio arrivi gustoso e con tutte queste sue proprietà benefiche fino alla tavola del consumatore?

“Per noi la salute del consumatore viene al primo posto, quindi è costante il nostro sforzo di garantire l’assoluta qualità e salubrità del prodotto. Per questo scegliamo le tecniche di produzione integrata e il monitoraggio dei patogeni, mediante trappole a cattura. Questo ci consente di limitare al massimo l’uso di fitofarmaci, nel totale rispetto dell’ambiente e della salubrità del prodotto stesso”.

Quali sono le differenze principali tra i pomodori cosiddetti da insalata e quelli da sugo?

“Questi che vediamo qui sono tipici pomodori da insalata. Le produzioni siciliane in genere sono tipiche produzioni da pomodori da insalata. È in questo modo che vengono esaltate le caratteristiche organolettiche eccellenti e le proprietà benefiche di questo ortaggio: in insalata se ne amplificano il gusto, la freschezza, il profumo, il sapore e il colore stesso. Solo come seconda possibilità i prodotti meno adatti al consumo fresco vengono utilizzati come prodotto da industria per la produzione di salse e sughi”.