

Turismo  
ENOGASTRONOMIC  
di qualità

# in viaggio

con  
gustoSano

€5,00 BIMESTRALE #2  
APRILE/MAGGIO 2018

## Costa Divina, la Costiera Amalfitana



Prezzo in milioni: 19-04-2018



LUNASIA EDIZIONI

### E INOLTRE

- FRENZE LA MAGNIFICA
- IL CONSORZIO BREGANZE DOC
- LA LUNIGIANA DEI SAPORI ANTICHI
- IL FASCINO DI BOLGHERI E DEI SUOI VINI
- AMARE LA PUGLIA SENZA MARE
- TRA ACQUA E REALTÀ LA MAGIA DEL LAGO DI COMO
- UNA SALISBURGO GOLOSA





# CIPOLLA ROSSA DI TROPEA IGP Oro rosso della Calabria



## Crocante e dolcissima, è ricca di proprietà benefiche per l'organismo, regina indiscussa della cucina italiana

**È** senza dubbio la varietà di cipolla più rinomata, e la sua zona di produzione si estende lungo la costa medio-alta della Calabria. Stiamo parlando della Cipolla rossa di Tropea IGP, vanto dell'agroalimentare calabrese. Il territorio in cui nasce questa prelibatezza, che interessa le province di Cosenza, Catanzaro e Vibo Valentia, è composto da terreni fertili, di tipo sabbioso (dal suolo profondo con tessitura da franca a franca-argillosa), di tipo alluvionale, con discreta dotazione di sostanza organica e buona struttura. Terre ricche di corsi d'acqua e caratterizzate da un microclima mediterraneo, freddo e umido d'inverno e caldo d'estate, dove l'insieme di sole e mare mitigano gli inverni senza creare eccessivi sbalzi di temperatura. Ed è proprio questo clima mite a regalare alla Cipolla rossa il suo caratteristico gusto dolce.

commercializzati oltre 110 mila quintali di prodotto IGP, in Italia e all'estero.

Ma come non farsi ingannare dalle imitazioni? In soccorso arriva il Consorzio, fondato nel 2008, che prosegue l'importante lavoro di lotta alla contraffazione, per aiutare i consumatori a smascherare e riconoscere facilmente i frequenti fenomeni imitativi. Ma il lavoro del Consorzio non si ferma qui. Attraverso azioni mirate di marketing e comunicazione cerca, infatti, di far conoscere e aumentare il consumo dell'oro rosso della Calabria, impegnandosi anche a promuovere politiche di educazione alimentare rivolte soprattutto ai più giovani, per renderli i consumatori consapevoli di domani.

### Coltivata come una volta

La storia ci tramanda che sono stati i Fenici a introdurre la Cipolla rossa nel bacino del Mediterraneo, in particolare nella zona del vibonese. Nel periodo borbonico il prodotto ha iniziato a essere richiesto e apprezzato anche nei mercati del Nord Europa, fino ad arrivare alla metà degli Anni Cinquanta, quando la cipolla è sbarcata Oltreoceano.

Ma in che modo si coltiva? Per prima cosa si prepara il terreno che deve essere ben arato. Poi si passa alla semina, che può avvenire in tre modi: attraverso il

*“Diuretica, lassativa, altamente digeribile e ricca di vitamine. Queste sono le proprietà organolettiche che differenziano la Cipolla rossa di Tropea IGP dalle altre qualità”*

### Occhio alle imitazioni!

Anche se non rappresenta una produzione trainante per l'agricoltura calabrese, la Cipolla rossa di Tropea è un'importante risorsa non solo economica, ma anche culturale e sociale. Solo lo scorso anno sono stati



*“Essendo composta per il 90% d’acqua, per l’1% da proteine, da minerali importanti (come potassio, calcio e fosforo) e da pochissimi grassi, è un alimento perfetto anche per chi segue un regime ipocalorico”*

piantamento dei bulbi, attraverso la semina diretta o attraverso il trapianto di piantine a radice nuda. Se si utilizzano i bulbi, questi devono essere piantati a una distanza ben precisa (15 cm sulla fila e 40 cm tra una fila e l’altra), e il loro piantamento deve essere effettuato a fine agosto per avere la produzione già in ottobre.

La semina diretta viene effettuata in terreni sciolti e ben livellati a fine agosto-inizio settembre, con seminatrici di precisione o a spaglio, a cui segue un diradamento in modo da realizzare una densità di 60 piante per metro quadrato. La prima raccolta avverrà nel periodo natalizio. Il trapianto prevede la preparazione delle piantine in semenzai all’aperto, allestiti dagli stessi agricoltori nel periodo di agosto-settembre, con il trapianto nel periodo di fine settembre-inizio ottobre, in modo da avere la produzione a partire da dicembre-gennaio e fino a marzo, comunque in ritardo rispetto alla semina diretta. A questo punto diventa basilare l’irrigazione. La terra si bagna quasi giornalmente con la semina diretta in terreni sabbiosi, diradando successivamente gli interventi che devono essere almeno 2 o 3 alla settimana. Nei mesi successivi si interviene con la concimazione, con l’aggiunta di sostanza organica (letame) o di concimi minerali, e con il controllo delle erbe infestanti, attraverso un diserbo di tipo chimico, in base alla specie delle infestanti.

La raccolta viene effettuata a mano per le cipolle da serbo (così chiamate perché si raccolgono a fine estate-inizio autunno e possono essere conservate sino alla primavera successiva), quando i bulbi raggiungono una considerevole pezzatura e i “colli” prendono un colore rosso intenso. Le cipolle vengono estirpate e lasciate in campo a disidratarsi per almeno otto giorni. Per il cipollotto e la cipolla da consumo fresco, invece, contrariamente alla cipolla da serbo, l’estirpazione avviene quando il prodotto è ancora con le code di verde intenso e i colli iniziano a colorarsi di rosso.

## Buona tutto l’anno

Sono tre le figure di rilievo nella produzione della Cipolla rossa di Tropea Calabria IGP (questa la dicitura che deve essere riportata sull’etichetta): i produttori, che selezionano e curano la produzione del seme e provvedono al trapianto; i confezionatori, che immettono il prodotto sul mercato; i trasformatori, che lavorano l’alimento per creare prodotti trasformati come sott’olio e sott’aceti. Quest’ultima figura può apportare la dicitura corretta solo se si assoggetta al diretto controllo del Consorzio. È grazie a queste figure che possiamo godere del gusto della Cipolla rossa tutto l’anno, come prodotto fresco o disidratato al sole, quindi scollettato o intrecciato.

## Una panacea per la salute

Diuretica, lassativa, altamente digeribile e ricca di vitamine. Queste sono le proprietà organolettiche che differenziano la Cipolla rossa di Tropea IGP dalle altre qualità. Ma non finisce qui, perché gli effetti salutari sono davvero numerosi! È infatti afrodisiaca, antisettica, anestetica, diuretica, emolliente, antiasmatica, antisclerotica e curativa contro i reumatismi, il mal di testa, gli ascessi, le verruche, i foruncoli, le emorroidi; inoltre favorisce la secrezione biliare, contrasta raffreddore e influenza, regola il tasso di colesterolo nel sangue, combatte il diabete e le punture di insetti, allontana il rischio tumorale e preserva dall’invecchiamento. Oltre a tutto ciò, essendo composta per il 90% d’acqua, per l’1% da proteine e da minerali importanti (come potassio, calcio e fosforo), oltre che da pochissimi grassi, è un alimento perfetto anche per chi segue un regime ipocalorico. Insomma, dobbiamo ammettere che hanno sempre avuto ragione le nostre nonne per le quali le cipolle erano l’alimento indispensabile di qualsiasi soffritto. Oggi, grazie al suo gusto delizioso, è diventata la protagonista di tantissimi piatti, dalle zuppe alle frittate, dalle marmellate alle fresche insalate estive.





## LA PAROLA ALLE NONNE

La tradizione popolare suggerisce tanti rimedi che si avvalgono della cipolla. In caso di raffreddore, tosse o mal di gola, si consiglia di tagliarla in due e riporre i pezzi sul comodino quanto più vicino al naso, in modo da aspirare i vapori durante il sonno. Se invece si viene punti da una vespa è utile passare sulla zona colpita una cipolla fresca, tagliata a metà: si eviterà la formazione del gonfiore e l'inevitabile prurito. Dopo qualche minuto, si dovrà semplicemente sciacquare con acqua tiepida.

E per rimuovere il suo odore dalle mani? È necessario strofinare con aceto, sale o succo di limone e successivamente lavare le mani con acqua calda e sapone. Infine, per attenuare l'alito "pesante", la tradizione consiglia di masticare foglie di prezzemolo, menta o chicchi di caffè, o in alternativa di bere un bicchiere di latte.

## CIPOLLA ROSSA DI TROPEA CALABRIA IGP CON FAGIOLI

### INGREDIENTI PER 4

- 2 Cipolle rosse di Tropea Calabria IGP
- 500 g di fagioli cannellini precotti
- 100 ml di olio extravergine d'oliva
- Sale q.b.
- 1 ciuffetto di rucola fresca (opzionale)

### PROCEDIMENTO

**UNO:** Mondate e tagliate le cipolle. Per evitare di lacrimare, bagnate la lama del coltello sotto l'acqua, oppure lasciate per 10 minuti le cipolle nel congelatore o per un'ora nel frigorifero. Lavatele e scolatele.

**DUE:** Riscaldare i fagioli in un tegame, poi versateli in una ciotola insieme alle cipolle.

**TRE:** Unite la rucola, precedentemente tagliata a pezzetti (se gradita) e condite con olio e sale. Servite.