

LEGUMI RICERCA SUL CAMPO AD APPIGNANO (MACERATA) E NEL PESARESE

Tornano in tavola il fagiolo Solfi e la Roveja E San Sisto rimette a coltura ceci e lenticchie

■ APPIGNANO (Macerata)

AUTUNNO, tempo di legumi. Ceci, fagioli, lenticchie: piatti "poveri" della cucina marchigiana, dagli indiscutibili benefici nutritivi. Grazie al contenuto elevato di proteine ad alto valore biologico, forniscono un importante apporto energetico e sono anche fonte di acido folico, vitamina B1, vitamina H e numerosi minerali. In passato si preparavano in abbondanza: quello che rimaneva si mangiava la mattina prima di andare a lavorare nei campi. Come altri piatti, anche questi venivano cotti nelle pigne di coccio, dal momento che il camino e il fuoco a legna erano l'unica fonte di calore. Ancora oggi «Leguminaria», rassegna dei legumi locali ad Appignano di Macerata, propone i suoi legumi serviti nelle ciotole di terracotta realizzate dai maestri vasai appignanesi, che i commensali portano a casa con sé, insieme al bicchiere, a fine pasto: ceci al rosmarino, fagioli con le cotiche, lenticchie con la salsiccia impreziositi dall'olio monovarietale di Mignola, a cura dell'Assam, e accompagnati dal Rosso Piceno dell'Azienda agricola Villa Forano. Appignano, Comune bandiera verde agricoltura, è da tempo impegnato a recuperare gli ecotipi dei suoi caratteristici legumi (il cece Quercia, il fagiolo Solfi sapido e digeribile e la Roveja monocromatica, piccolo pisello selvatico il cui sapore ricorda quello della fava) attraverso la ricerca scientifica condotta dal Cra-Ora Orticoltura di Monsampolo del Tronto (Ap) e finanziata dalla Regione Marche.

UN PROGRAMMA da cui ogni anno scaturisce, proprio nell'ambito di Leguminaria, la consegna dei semi in purezza agli agricoltori dell'Associazione "I legumi di Appignano", individuati dall'Assam, e che ha fruttato alla rassegna il patrocinio del Ministero delle Politiche agricole. Claudio Medei è uno di questi contadini custodi. Insieme al padre partecipa, per il terzo anno consecutivo,

alla sperimentazione, coltivando cece Quercia e fagiolo Solfi su un ettaro e mezzo di terra. Ad aprile la semina: 110 kg di seme di cece, piantati a distanza di circa 50 cm tra le file in un ettaro, e 100 kg di seme di fagiolo sul terreno restante, a 35 cm.

I RISULTATI del raccolto di luglio sono incoraggianti, soprattutto per quanto riguarda il cece Quercia, una pianta vigorosa e produttiva che regala una granello che, grazie alla buccia sottile, richiede tempi di cottura ridotti: 18 quintali, 10 in più rispetto al 2011. Il Solfi, invece, di per sé meno produttivo rispetto ad altre varietà di fagiolo, si assesta intorno ai 4.75 quintali a causa della forte siccità che ne ha impedito una crescita significativa. I visitatori di Leguminaria potranno assaggiare il fagiolo Solfi nella cantinetta biodegradabile, in centro storico, tutta la giornata di oggi, mentre il cece Quercia sarà servito a pranzo, dalle 12, e a cena dalle 19.

ANCHE San Sisto, in provincia di Pesaro e Urbino, ha recuperato i suoi legumi (info 338 2540365): nove agricoltori hanno rimesso a coltura due ettari a ceci, per un raccolto di 40 quintali circa, e 2,5 di lenticchie (45 quintali il raccolto) in terreni incontaminati e con acqua di pura, in collaborazione con Terrabio. Un prodotto di altissima qualità.



