



La Mela Annurca

PICCOLA FUORI, GRANDE DENTRO

di Roberta Mastruzzi

Nonostante sia così piccola, la mela Annurca vanta una storia millenaria e un gusto assolutamente unico. La zona di origine è quella di Pozzuoli, precisamente lungo le sponde del lago d'Averno, dove gli antichi romani ponevano l'ingresso degli Inferi o "Orco", tanto che proprio da questa parola è derivato il nome ("anorcola", "annorcola", "annurca") con cui noi oggi conosciamo il frutto. Col tempo, poi, le aree di coltivazione si sono allargate, abbracciando anche quelle del beneventano e dell'alto casertano che insieme all'agro napoletano, grazie alle loro caratteristiche pedoclimatiche, costituiscono i luoghi più adatti a ospitare i meleti di Annurca. Apprezzata da sempre soprattutto dai consumatori del meridione d'Italia, oggi (per merito anche del riconoscimento del marchio di tutela IGP) la deliziosa mela sta finalmente conquistando gli altri mercati.

La regina delle mele

Definita "la regina delle mele", ha una polpa croccante, soda e molto succosa, il sapore è leggermente acidulo, la buccia è liscia e ha un profumo intenso e aromatico. La sua peculiarità è la maturazione a terra: il frutto viene raccolto nella seconda metà del mese di ottobre, quando la maturazione è avviata ma non terminata, e viene posto su un morbido letto di materiale vegetale, esponendolo gradualmente al sole perché arrossisca. Rimane così nei melai per circa due mesi per entrare poi in commercio dalla fine di dicembre in poi. Questo perché il frutto presenta un peduncolo molto corto e debole, per cui i coltivatori preferiscono raccoglierla quando è ancora acerba, evitando così che il frutto, maturando e diventando più pesante, cada dall'albero ammaccandosi.

Gustatela così

La Mela Annurca è ottima come fine pasto e per la preparazione di deliziosi dolci, ma agli intenditori piace gustarla anche in insalata unendo i cubetti di Annurca alle foglie di valeriana, indivia e una manciata di noci.

Minuta, tonda e croccante, è un piccolo gioiello di sapore che arriva sulle nostre tavole dai frutteti della Campania. Nel 2006 ha ottenuto l'Indicazione Geografica Protetta, entrando a pieno titolo nel novero delle eccellenze enogastronomiche italiane.

I benefici

Ricca di fibre e di vitamine del gruppo B, PP e C e sali minerali (in particolare potassio, ferro, fosforo e manganese), la mela Annurca aiuta a regolare le funzioni intestinali, è diuretica e indicata spesso nelle diete dei malati e dei diabetici. **Una ricerca del Dipartimento di scienza degli alimenti dell'Università di Napoli Federico II ha dimostrato la sua azione gastroprotettiva.** E se volete una bocca pulita e fresca, masticatela a lungo alla fine del pasto per una igiene orale... fruttata!

Curiosità

La Annurca non va confusa con la Sergente, molto simile ma leggermente più grande e meno pregiata. Per riconoscere la Annurca sappiate che è di medie dimensioni, ha una forma tonda appena schiacciata, con buccia liscia e colore che va dal verde al rosso vivo. Per essere certi di non sbagliare, cercate quella col bollino IGP!

Con una produzione di poco più di 60.000 tonnellate medie annue, la Annurca rappresenta l'80% circa della produzione campana di mele e il 5% circa di quella nazionale.