

FEDAGROMERCATI ACMO BOLOGNA

Il meglio della Sicilia è in vendita al Caab

ALOISIO non è un vento né un punto cardinale, è semplicemente un *bed and breakfast* sulle pendici dell'Etna, a San Gregorio di Catania. Il nome, come spesso accade nel profondo Sud, è legato alla memoria del nonno di chi, oggi, fra ulivi, aranci, limoni, mandarini, pompelmi, palme, il tutto contornato da pini italici, ha il piacere di fare sentire i profumi, di una delle terre più generose in fatto di produzioni e di ciò che di meglio la natura sa dare. Il profumo della zagara (i fiori dell'arancio e del limone) è talmente inebriante che si tramanda la tradizione di ornare il capo alle giovani spose con i ramoscelli fioriti, in quanto l'intensità del profumo avrebbe fatto accettare di buon grado, alle fanciulle, gli spasmi amorosi dei novelli mariti.

DA CASA Aloisio si vede l'Etna innevato, la piana di Catania con migliaia di ettari di agrumeti e un mare che già a inizio aprile accoglie i bagnanti. Da Aloisio si può salire a Trecastagni (nome che deriva da 'tre casti agnelli') e a Zafferana Etnea, dove, in avanzata primavera, maturano ciliegi dolci e acidi, mandorli, e, in autunno, anche mele, pere e castagne. A pochi chilometri troviamo le zone di produzione dei migliori fichidindia: Belpasso, Nicolosi, Adrano e San Cono; e, a nord di Catania, le zone di Giarre e Riposto, famose per la pro-

duzione di saporitissime patate novelle. Per parlare della piana di Catania, dove troviamo la più alta concentrazione europea di agrumeti, e dove le proprietà, i giardini, sono divisi da vere e proprie opere d'arte, rappresentate dai famosi muretti a secco, occorrerebbero più che la penna un pennello e una tavolozza da artista, così come sono poeti e artisti i ceramisti di Caltagirone, capitale del Calatino, zona che comprende la fascia collinare che va da Ramacca a Gela e dove si producono i capolini di carciofi.

IL MERCATO di Bologna da sempre è sicilianodipendente, fin da quando, nell'immediato dopoguerra, gli agrumi arrivavano su vagoni da cento quintali e venivano rilavorati dalle 'donne cernitici' nelle zone dei Magazzini centrali italiani, posizionati a ridosso della stazione ferroviaria e gestiti dalla Cassa di Risparmio in Bologna; fin da quando dalle prime serre di Vittoria, Ispica e Pachino, nel Ragusano, cominciarono ad arrivare pomodori, pomodorini, zucchine, melanzane, peperoni e meloni di Gela, fragole di Marsala. In poco tempo, con una viabilità che negli anni è decisamente migliorata, la nostra immersione nei profumi, nei colori e nei sapori siciliani è stata totale e la ritroviamo al Caab, dodici mesi l'anno.

I 'prodotti del venerdì'

ECCO i 'prodotti del venerdì' (prezzi consigliati al dettaglio in euro al chilo).

- Cipolle bianche tonde 1,80 / 2,00
- Cavolfiori pezz. media 1,30 / 1,70
- Lattuga Cappuccia 2,00 / 2,30
- Patate 1,20 / 1,40
- Pomodori rossi a grappolo 2,50 / 2,70
- Scarole imbiancate 2,80 / 3,10
- Arance Tarocco pezz. 6/7" media 1,80 / 2,00
- Pere Conference pezz. media 2,00 / 2,20
- Finocchi pezz. media 1,70 / 2,00
- Mele Fuji di pianura pezz. media 1,90 / 2,30
- Fragole 2,50 / 2,80
- Zucchine verdi scure 1,80 / 2,00.

SORGENTE CERELIA
L'ACQUA MINERALE

La chiave della salute
dal 1902



Bussola Verde



Orientamento ai consumi

IL VOTO DEGLI ORTAGGI

Voti da 1 a 9

- 5** Asparagi, le piogge e le basse temperature hanno praticamente impedito la raccolta dei turioni nostrani, i primi asparagi provenienti dalla Sicilia sono di ottima qualità e sono offerti a prezzi decisamente elevati. C'è una buona presenza di asparagi pugliesi e campani
- 6/7** Bietole da costa, le produzioni romagnole, effettuate in coltura protetta, in assenza dei gradi freddi, sono di altissima qualità quanto quelle di provenienza meridionale
- 6** Carote, le zone meridionali, in particolare la Sicilia, con produzioni di alta qualità coltivate nella zona di Ispica su terreni molto sciolti, sono in piena raccolta e forniscono produzioni altamente qualificate
- 7/8** Carciofi, stanno arrivando i carciofini da mettere sotto olio, ma per chi non avesse il tempo o la voglia di lavorare in casa si tenga presente l'ottima qualità dei prodotti lavorati dall'industria conserviera
- 6/7** Cavolfiori, dal meridione d'Italia continuano ad arrivare sui mercati prodotti di ottima qualità a prezzi decisamente popolari
- 6/7** Cavoli broccoli, le migliori produzioni sono quelle meridionali, in particolare pugliesi e calabresi, sono ricchi di vitamine e sali minerali e sono un alimento prezioso per la nostra alimentazione
- 7** Cavoli cappucci, sia crudi che cotti hanno le caratteristiche di un integratore alimentare di sali minerali e vitamine
- 6/7** Cicoria Catalogna, dalla Romagna con amore, questo prodotto è altamente salustico, diuretico e purificatore del fegato
- 5/6** Cipolle, sono apparse sul mercato le prime cipolle bianche importate dal Messico e vendute su livelli decisamente elevati
- 5** Cipollotti, rossi e bianchi sono ben presenti sul mercato e offerti a prezzi mediamente elevati. Le provenienze prevalenti sono quelle campane e pugliesi
- 6/7** Finocchi, provengono dal centro e sud Italia, sono di ottima qualità ed hanno prezzi mediamente contenuti
- 6/7** Lattughe, il cattivo tempo condiziona le colture in pieno campo e sono le produzioni meridionali, pugliesi e campane, oltre a quelle provenienti dalla Spagna (Iceberg) ad essere padrone dei mercati, le varietà cappuccia e romane sono di ottima qualità
- 5/6** Melanzane, i prezzi sono mediamente elevati, il prodotto siciliano è in aperta concorrenza con quello spagnolo; ovali, lunghe, nere, violette, sul mercato si ritrovano tutti i tipi per tutti i gusti e per i piatti tipici delle diverse zone di produzione
- 6** Patate, le primizie siciliane e pugliesi tardano ad affacciarsi sui mercati e sono sostituite dal prodotto proveniente dal Nord Africa venduto a prezzi mediamente elevati
- 4/5** Peperoni, dalla provincia di Ragusa fino al trapanese, le produzioni siciliane sono in aperta concorrenza con i peperoni provenienti dalla Spagna, in ogni caso la qualità dei nostrani è molto elevata
- 5** Pomodori ciliegini, hanno prezzi medi e medio elevati, in ogni caso gli orticoltori dei litorali siciliani continuano a stupirci per le loro produzioni di alta e riconosciuta qualità

- 5/6** Pomodori insalati, consigliamo l'acquisto di pomodori quasi o totalmente rossi al fine di trarre i maggiori benefici relativamente al contenuto di preziosi antiossidanti
- 5/6** Pomodori rossi a grappolo, anche in questo caso è più che mai opportuno consumare le bacche di pomodoro quando sono ben mature, grazie al loro contenuto del portentoso antiossidante 'licopeno'
- 6** Radicchi tipo Chioggia, i prezzi si stanno posizionando su livelli accettabili e la qualità è decisamente elevata
- 5** Scarole, lievi aumenti per quelle imbiancate, lisce e ricce, sono caratteristiche delle nostre zone di produzione
- 6** Zucchine, i prezzi si stanno ridimensionando su valori accettabili e meritano la sufficienza. Si tenga presente che per questo prodotto il problema della deperibilità è elevato

IL VOTO DELLA FRUTTA

Voti da 1 a 9

- 6** Actinidia o kiwi, il prodotto nazionale è di buona qualità e viene richiesto anche per essere esportato, i prezzi sono su livelli medi e accettabili
- 6/7** Ananas, si riscontra un lieve rialzo dei prezzi dovuto alle festività Pasquali, in ogni caso i valori rimangono su livelli accettabili, il prodotto ormai è divenuto familiare anche agli amanti del "chilometro zero"
- 6/7** Arance, grande differenza fra i prezzi delle bionde Washington Navel e delle arance Tarocco pigmentate che ovviamente costano di più assieme a Moro e Sanguinello. Tutte, però ricche di vitamine e sali minerali
- 6/7** Banane, i maggiori e più accaniti consumatori sono gli scolari delle elementari e delle scuole medie, le banane di marca nota costano qualche centesimo in più rispetto alle altre ma la qualità è grossomodo la stessa
- 6/7** Fragole, la nuova varietà "Elisa" assieme alle varietà "Rania", "Candonga" e "Camassa" occupano con grande qualità un mercato ancora disattento all'acquisto di questi meravigliosi frutticini
- 7** Limoni, spesso volte ci dimentichiamo che possiamo sostituire l'aceto di tipo industriale con il succo benefico di questo prodotto altamente salustico
- 6/7** Mandarini, dai "giardini" siciliani, curati solo come i migliori professionisti di quella regione sanno fare, stanno arrivando sui mercati a prezzi accessibili e con una qualità generale difficilmente uguagliabile
- 6** Mele di montagna, prezzi in lieve aumento, ma dalle vallate alpine provengono ancora prodotti di alta qualità e altamente salustici
- 6** Mele di pianura, con le varietà tardive ("Fuji") le produzioni della bassa possono competere tranquillamente con quelle di alta montagna
- 5/6** Pere, le importazioni dal Sud America si presentano su livelli di prezzo decisamente elevati anche a causa del fatto che le varietà nostrane stanno terminando i quantitativi da immettere sul mercato

LA VOTAZIONE DA 9 A 1 VA INTESA COME LA CLASSICA «PAGELLA SCOLASTICA»
 9-8-7-6 prodotto assoldo di cui si consiglia l'acquisto e il consumo
 5 prodotto incerto
 4-3-2-1 prodotto per il quale si rilevano prezzi ancora superiori ai valori normali
 Le valutazioni vengono aggiornate ogni settimana
www.bussolaverde.it

Il coordinatore del comitato Dr. Roberto Piazza

IL COMITATO: Provincia di Bologna, Comune di Bologna, Camera di Commercio, Azienda USL di Bologna, Facoltà di Agraria dell'Università di Bologna, Ascom, CAAB Mercati, Acmo, Ager, Borsa merci, Coldiretti, Cia, Confagricoltura, Confesercenti, Federconsumatori, Adiconsum, Sos Consumatori, Conad nazionale, Coop Italia, Consorzio AgriBologna, AIAB Associazione Italiana Agricoltura Biologica

'PIRAMIDE AMBIENTALE' I DOLCIUMI MAGLIA NERA

Frutta e verdura, gli ecoalimenti

RICORDATE la famosa piramide degli alimenti? Si tratta di un'idea americana per comunicare in modo immediato i cibi da consumarsi in maggiori quantità e quelli da assumere con parsimonia: i primi si collocano alla base del triangolo, perciò nella fascia più ampia, i secondi verso la cima e quindi in un'area sempre più ristretta. Si parte perciò da cereali, pane, riso e pasta e da frutta (almeno 2-3 porzioni al giorno) e verdura in abbondanza, per arrivare ai cibi di origine animale e ai dolci da limitare al minimo. Il criterio che guida questa classificazione degli alimenti è il benessere dell'organismo, conseguibile attraverso una nutrizione bilanciata. E se invece della salute dell'uomo mettessimo al centro la salute globale dell'ecosistema? Cosa succederebbe alla nostra piramide se calcolas-

simo per ciascun alimento le emissioni di gas serra necessarie per produrlo? Ce lo dice il Barilla Center for Food & Nutrition, che ha disegnato la 'piramide ambientale', in cui alla base figurano i cibi meno 'sostenibili', rappresentati da carne rossa, seguita da formaggi e pesci, carne bianca e dolci, mentre sulla punta, fra gli alimenti meno inquinanti, compaiono frutta e ortaggi. Insomma la buona notizia è che gli alimenti consigliati dai nutrizionisti - ossia i prodotti di origine vegetale - aiutano anche l'ambiente. E la brutta notizia? Si confermano le leggi di Murphy: i dolci non solo non fanno bene alla salute ma hanno anche un'impronta ecologica medio-alta... A cura dell'Agenzia territoriale per la sostenibilità alimentare, agro-ambientale ed energetica