

## IL CARCIOFO

In origine era un "cardo selvatico". Grazie alle selezioni colturali, maturazioni ed evoluzioni dei Greci, si è arrivati al più raffinato "carciofo".

Ma cos'è esattamente il carciofo?

Dal punto di vista botanico non è frutto, né fiore, ma è l'infiorescenza di una pianta che è alta circa un metro e mezzo, con lunghe foglie lanceolate e pendenti dal caratteristico colore verde spento.

Per scoprire esattamente la natura, bisogna tagliarlo a metà; all'interno, si evidenziano, così, le parti fondamentali che lo costituiscono: innanzitutto i fiori ancora immaturi, che formano l'infiorescenza, così compatti che è difficile distinguerli, e che rappresentano la parte più tenera e buona, il "cuore", o il "fondo", o il "girello" del carciofo.

L'insieme dei fiori, è coronato dal "pappo", un ciuffetto di peli bianchicci, che nelle ricette vengono definiti "fieno interno" o "barba" e che si consiglia di asportarli.

La terza parte, che racchiude le prime due, sono le "brattee", cioè foglie modificate, sovrapposte una all'altra, di colore verde con sfumature violacee. Nel linguaggio corrente, queste vengono chiamate "foglie", pur avendone solo vagamente la forma. Sono molto dure, come del resto dice il loro stesso nome che deriva dal latino "bractea", ovvero lamina di metallo. Solo la base delle brattee più interne, sono tenere e commestibili.

Commestibile è anche la parte del gambo, i 3-4 centimetri sotto il cuore, purché opportunamente mondata.

Se il carciofo non viene raccolto prima, dal suo centro si innalza un fiore violetto tenero, con sfumature lilla; poeticamente qualcuno l'ha così definito: "Sembra un occhio di cielo incastonato in un calice d'oro in foglie scolpite".

Lo vediamo comparire così, alternato a rami di ruta, nel collare dell'Ordine cavalleresco del Cardo (in Inghilterra è secondo per importanza all'Ordine della Giarrettiera). Fiore di cardo e ruta, erano i simboli, antichissimi, dei Pitti o Scoti; l'Ordine infatti sembra essere stato fondato nel 787.

Il carciofo, insieme al cardo, hanno in araldica la simbologia della speranza. Così pure nel linguaggio dei fiori.

Il carciofo era conosciuto dagli antichi Romani, che lo apprezzavano molto; lo storico Varrone, in uno dei suoi scritti, consiglia di usare, per avviare la piantagione, semi macerati dapprima in acqua di rose, gigli ed alloro, per conferire all'ortaggio un gusto ancora più gradevole.

Lo descriveva Columella (1° secolo d. C.) nel "De re rustica" e Teofrasto (372 a.C.) che lo classificherà però con il nome di "cardui pinee", vista la sua somiglianza con la pigna; oltretutto lo additava come coltivato in Sicilia e non in Grecia, facendolo ritenere un prodotto "occidentale".

Oltre che dai Romani, i carciofi erano largamente consumati dai Greci e dagli Egiziani, il cui re Tolomeo Evergete (secolo 3° a.C.) soleva farli mangiare ai suoi soldati, famosi per forza ed ardimento, poiché si credeva che infondassero tali virtù.

Il carciofo era chiamato dai Greci "kinara", che in latino suonerà poi "cynara". Ma il nome attuale deriva dall'arabo "(al) kharshuf" ed è da questa radice, attraverso i tempi e le varie lingue, che si avrà in Danimarca "artiskok", in Francia "artichaut", in Germania "artischoke", in Inghilterra "artichoke", in Olanda "artijok", in Portogallo "alcacossa" ed infine in Spagna "alcachofa".

Non si sa il perché, ma nei secoli successivi ai Romani, e per lunghissimo tempo, il carciofo fu abbandonato sia nella coltivazione che nell'uso in cucina. Ricomparirà alla fine del Medioevo a seguito di grosse importazioni dall'Etiopia: se ne ha traccia prima in Toscana e poi nel Veneto. Nel XVI secolo si estenderà in Sicilia, in Francia ed in Germania. A proposito dell'introduzione in Francia, lo si deve attribuire a Caterina de' Medici, che andò sposa al re di Francia; essa ne era così ghiotta che una volta tanti ne mangiò, leggiamo in una cronaca del tempo, che "ella cuyda de créver" fu sul punto di schiattare (d'indigestione).

Nel XVI secolo, Bartolomeo Scappi nella sua "Opera dell'arte del cucinare", dà le seguenti istruzioni: "Cuocere i pedoni di carciofani, havendoli prima perlessati e netti del piumino e pigliandoli nella loro stagione la quale comincia a Roma a mezzo febraro e dura per tutto giugno; et volendo empire e da poi sottestare i detti pedoni di carciofani, da poi che saranno perlessati si

empiranno d'una composizione (un battuto di carne magra di vitello e prosciutto mescolato con formaggio, uova, spezie, aglio,erbette) et si cuoceranno (in tortiera con lardo liquefatto e brodo). Li detti pedoni anco...si potranno scaldare sulla graticola e alle volte i carciofani si cuociono interi in brodo e si parteno per mezzo, si soffriggono e si pongono sulla graticola bagnandoli di strutto liquefatto e si servono con strutto e aceto rosato sopra".

Il medico Baldassarre Pisanelli, autore del noto "Trattato della natura de' cibi et del bere, riguardo ai "giovamenti" egli afferma: "Sono grati al gusto...provocano l'orina, moveno la ventosità e aprono le ostruzioni e accrescono il coito". Afrodisiaco a quei tempi?

Tra le tante qualità che esistono in Italia, il "Carciofo Romanesco" li batte tutti per bontà. E' la cosiddetta "mammola", senza spine, che cresce al centro della pianta (si chiama anche "cimarolo"), mentre quelli che crescono sui lati si chiamano "nipoti", più piccoli e meno pregiati.

Abbinamento enoico.

Da buon sommelier, confermo uno dei bei "divorzi" più clamorosi a tavola. Il riferimento è quello con i carciofi crudi, che avvolgono la bocca in maniera così aggressiva tanto da rendere il contrasto con il vino, qualsiasi vino, insopportabile, sgradevole metallico ed "allappante". Il carciofo è molto ricco di ferro e di tannino: una sensazione che lega la bocca nella stessa maniera di quando si morde il classico cachi immaturo. Perciò nessun vino (anche se qualche "scienziato" pseudo sommelier, troverebbe "a forza" un qualcosa di alcolico potabile abbinabile), ma solamente acqua, possibilmente gassata.

Se il carciofo si cucina in accompagnamento ad altre vivande, si deve tener presente la componente principale. Se il carciofo viene cucinato da solo, il vino avrà una sua caratteristica; carciofi fritti alla romana: i vini bianchi secchi senza asperità e freschi, poiché se il fritto è ben fatto, non si deve notare l'untuosità; mentre il "carciofo alla romana" o alla "giudia", in entrambe le preparazioni si notano succulenza, grasso ed aromaticità: vino fruttato, mosso, giovane, meglio se rosato.

A proposito del carciofo alla "giudia", ricetta che gli ebrei di Roma hanno dato alla tradizione romana, Luciano Folgore nel 1931, scrisse una delle sue liriche più espressive:

"A cottura ultimata troveremo  
che il carciofo somiglia a un crisantemo  
dalla corolla tonda e spampanata;  
allora con la mano spruzzeremo (tenendoci lontano)  
sopra l'olio bollente l'acqua gelata  
e il carciofo nell'olio scoppiettante  
presto diverrà d'oro croccante.

A questo punto il piatto è bello a posto  
pronto a dar molti punti al pollo arrosto  
al timballo, al budino, allo sformato  
e ogni morto appetito  
verrà rimesso a nuovo e invigorito,  
che tal piatto è (chi lo nega ha torto)  
roba da far resuscitare un morto".