

Denominazione del prodotto: Asparago di Verona

Zona di produzione: La zona costiera della laguna veneta e l'argilla dell'Adige di Verona in particolare, creano certamente un ambiente ideale alla coltura di questo prodotto. Attualmente viene coltivato in una ventina di comuni del veronese tra i quali spiccano Arcole, San Martino Buon Albergo (località Mambrotta) e Isola Rizza. Nei comuni considerati il clima è temperato-umido: condizione che ne favorisce la coltivazione. Unica zona con caratteristiche diverse è quella di Rivoli Veronese e nell'anfiteatro morenico dell'Adige.

Tecnica di produzione: La coltivazione di questo ortaggio non è delle più semplici ed è un'arte che richiede tempo, pazienza e un terreno con caratteristiche ben precise: il terreno deve infatti essere aperto, ma riparato dal vento, eventualmente mescolato con sabbia o torba. Dopo la seminazione bisogna attendere da 1 a 2 anni perché si formino i rizomi e altri 2 prima di poter iniziare a raccogliere i germogli e durante questo lasso di tempo, il terreno non può essere adibito a nessun'altra coltura. La zampa dell'asparago (insieme di rizomi e radici) viene piantata in primavera e permette la prima produzione solo dopo tre anni. La raccolta inizia a fine marzo e si può protrarre fino ai primi di giugno, in ogni caso per un periodo non superiore ai 60 giorni. La raccolta è un passaggio molto delicato nella coltivazione dell'asparago, che per la conformazione della pianta, non può essere eseguita con macchinari, ma esclusivamente a mano con uno speciale coltellino tra il primo giorno di marzo e il 15 giugno. Tutti questi aspetti tecnici, spiegano quindi il perché degli elevati prezzi a cui vengono venduti gli asparagi.

Caratteristiche del prodotto: L'asparago è il germoglio carnoso di una pianta erbacea perenne. Detto turione o pollone, si presenta con una parte finale a punta dotata di piccole foglie unite tra loro a formare delle squame. Di lunghezza che varia tra i 18 e 21 cm, il colore dell'asparago varia in base alle modalità di coltivazione: può essere bianco se si evita l'esposizione alla luce, tendente al viola o verde nel caso in cui venga esposto ai raggi del sole. Il colore bianco della varietà di Verona lo si deve alla profonda collocazione del prodotto nel terreno, al completo riparo dalla luce. Se l'interramento è ridotto, si avrà la qualità verde da consumarsi giovane.



L'asparago deve presentarsi con il gambo diritto, senza tagli o macchie e con la punta ben chiusa. Quest'ultima è sinonimo di freschezza; infatti più passa il tempo e più la punta tende ad allargarsi. I turioni, se spezzati, devono rompersi con un rumore secco e non piegarsi. Una volta nel cassetto del frigorifero, avvolto in un sacchetto di carta, dopo aver controllato che le punte siano asciutte, si conserva per 2 o 3 giorni.

Elementi di storicità: "Fai seccare gli asparagi e mettili di nuovo in acqua calda: li renderai più sodi". Così Apicio, nel I secolo d.C., ne «L'arte culinaria», illustra conservazione e cottura degli asparagi, facendone poi l'ingrediente principe di una golosa torta. Più che una semplice ricetta, un'importante testimonianza di quanto gli antichi romani apprezzassero questo alimento. Originario della Mesopotamia, l'asparago appare, per la prima volta, in un testo greco del III secolo a.C., ma onore e piacere della «scoperta» gastronomica vanno ai Romani, che, più che sulle

proprietà curative, si concentrarono sul sapore. La parola latina "asparagus" deriva infatti da una voce greca: "asparagòs", che già nell'antichità classica serviva ad individuare sia la pianta che i germogli di questo prezioso ortaggio.

Catone parlò delle tecniche d'impianto. Marziale ne elogiò la tenera polpa. Svetonio descrivendo un'impresa di Augusto disse che era stata «più veloce della cottura degli asparagi», fornendo una nota culinaria valida ancora oggi. Plinio il Vecchio, nella «Naturalis Historia» scrisse: «La natura volle che gli asparagi fossero selvatici perchè ciascuno potesse raccoglierne». Dall'antichità, la «passione» alimentare è arrivata ai giorni nostri, tanto che gli asparagi sono uno dei primi segni della primavera che compare sulle tavole dei romani.

Utilizzi in cucina: Gli asparagi in cucina trovano spazio sia al naturale, semplicemente bolliti e serviti come contorno, che in ricette più elaborate; ottimi in frittata, sono deliziosi per preparare risotti, zuppe o lasagne vegetariane. Come contorno o antipasto, possono essere cotti al vapore e serviti con olio e sale, limone o una delicata maionese.

Tabella nutrizionale:

per 100 g di prodotto		
Valore energetico (calorie)	25	kcal
Acqua	92,63	g
Proteine	2,33	g
Carboidrati	4,03	g
Fibre	1,9	g
Grassi	2,21	g
Sodio	2,31	mg
Potassio	218	mg
Ferro	0,91	mg
Calcio	23	mg
Fosforo	54	mg
Magnesio	14	mg

Altre informazioni sulla reperibilità e riconoscimento del prodotto:

Il Consorzio della valorizzazione asparago di Verona, riunisce una trentina di soci singoli più una cooperativa di settanta produttori.

Tra le manifestazioni più importanti per l'asparago, si ricorda:

- Festa degli asparagi e delle fragole: ultima settimana di aprile, prima di maggio (Caselle di Isola della Scala);
- Festa dell'asparago: ultima settimana di aprile, prima di maggio (località Mambrotta, S. Martino B.A.);
- Festa dell'asparago: Il domenica di maggio (Arcole);
- Festa dell'asparago: nel mese di maggio (Rivoli).

Il prodotto si può trovare in rivenditori di ortofrutta o nei supermercati da Aprile a Maggio.



Piramide Alimentare Mediterranea: uno stile di vita quotidiano
Linee Guida per la popolazione adulta



Produzioni frugali e secondo le
abitudini locali

vino con moderazione e secondo le
abitudini sociali

