

Carciofo romanesco del Lazio IGP

scritto da Lucilla Mazzella | 08/02/2016



Il Carciofo romanesco del Lazio IGP è un ortaggio mediterraneo che non può mancare sulla nostra tavola per la sua bontà e per i benefici effetti sulla salute.



Il carciofo è un prezioso alleato del benessere perché contiene molti sali minerali (sodio, potassio, fosforo e calcio), vitamina C e K e il principio attivo della “**cinarina**” che facilita la diuresi e la secrezione biliare. Tra le varietà più conosciute e gustose c'è senz'altro il **Carciofo Romanesco del Lazio**, comunemente chiamato anche “Romano”, “Cimarolo” o “Mammola”.

Dal novembre 2002, ha ottenuto il riconoscimento dell'indicazione geografica protetta “**Carciofo romanesco del Lazio IGP**”, tutelata a livello europeo.

Caratteristiche del Carciofo Romanesco del Lazio IGP

I requisiti e le caratteristiche del “Romanesco” sono stati fissati in un apposito disciplinare di produzione secondo il quale alla denominazione **Carciofo romanesco del Lazio IGP** corrisponde la cultivar di carciofo “*Cynara scolymus L.*” che deriva dalle cultivar “Castellammare” e “Campagnano”.

Esso presenta caratteristiche inconfondibili e peculiari proprietà organolettiche rispetto ad altre varietà dello stesso ortaggio. Infatti è senza spine e privo di peluria interna, i capolini hanno forma sferica e compatta con caratteristico foro all'apice. Le dimensioni sono grandi e le foglie o “brattee” hanno un colore verde con venature tendenti al violetto.

Il peduncolo è medio o lungo di grosso spessore; la mammola cioè la parte centrale della pianta può raggiungere i tre etti di peso. Viene allevato in un solo carduccio per pianta e sono vietati i trattamenti con fitoregolatori. Il sapore è forte e dolce.

La zona di produzione

La zona di produzione del **Carciofo Romanesco del Lazio IGP** è circoscritta ad alcune aree delle province di Viterbo, Roma e Latina. In particolare, comprende i comuni di Montalto di Castro, Canino, Tarquinia, Allumiere, Tolfa, Civitavecchia, Santa Marinella, Campagnano, Cerveteri, Ladispoli, Fiumicino, Roma, Lariano, Sezze, Priverno, Sermoneta, Pontinia.

In alcune di queste località, ogni anno, vengono organizzate delle manifestazioni per promuovere il Carciofo Romanesco. Tra queste la **Sagra di Ladispoli** (RM) e la **Sagra di Sezze** (LT).

Storia del Carciofo

Coltivato fin dall'antichità per lo più negli orti domestici, il carciofo arriva nei mercati subito dopo la prima Guerra Mondiale e rappresenta uno degli ortaggi tipici della gastronomia e dell'alimentazione delle regioni centro meridionali italiane. Le notizie certe della sua coltivazione nella zona di Napoli risalgono al XV secolo dove fu introdotto da Filippo Strozzi; successivamente si diffuse anche in Toscana e in altre regioni.

Ma è dopo la Seconda Guerra mondiale che la coltivazione del carciofo divenne più intensiva, soprattutto nell'area di Ladispoli e zone limitrofe. Oggi il **Carciofo Romanesco del Lazio IGP** è presente sui mercati di tutta Italia ed Europa.

Uso in cucina del Carciofo Romanesco del Lazio IGP

Andrebbe consumato appena acquistato ma si può anche conservare in frigo per alcuni giorni. Il carciofo, in generale, è un ortaggio molto versatile in cucina e se, comunemente, viene ritenuto un contorno da accompagnare con carne o pesce, con le nuove tendenze della cucina vegetariana è diventato un'ottima alternativa ai classici secondi.

I carciofi giovani e teneri si possono anche mangiare crudi, tagliati a fettine e conditi con olio, limone e qualche fogliolina di menta, magari accompagnandoli a scaglie di Parmigiano Reggiano.

Come fare i carciofi sott'olio

Il periodo migliore per l'acquisto dei carciofi è la fine della primavera. Se vogliamo metterli sotto'olio è preferibile sceglierli teneri e di piccole dimensioni.

Privare il carciofo delle foglie esterne più dure, tagliare le punte, spuntare il gambo e far scottare per 7-8 minuti in una soluzione con un litro d'acqua e 200 ml d'aceto. Scolare e asciugare i carciofi, disponendoli nei vasetti, lasciandoli interi oppure tagliandoli a metà.

Una volta predisposti nei vasi, è possibile aromatizzare secondo i propri gusti con pepe, alloro o chiodi di garofano. Ricoprire interamente di olio d'oliva, chiudere i vasi e conservare in un luogo al fresco, al buio e all'asciutto.

Ricette con il Carciofo romanesco del Lazio IGP

In Lazio uno dei piatti tipici regionali più famosi è rappresentato dai [Carciofi alla Romana](#).

CARCIOFO ROMANESCO DEL LAZIO IGP
Elenco aziende produzione e Vendita :
Contattaci se vuoi essere presente qui!