



Active content removed

RECENSIONI

IL CARCIOFO E IL CARDO

AA.VV.

collana *Cultura e Cultura*, Bayer CropScience
446 pagine illustrate, Euro 56,00.



Il carciofo era assai apprezzato dagli antichi romani per il gusto così "raffinato" da superare qualsiasi altro ortaggio; lo storico Plinio ne parla ampiamente nella *Naturalis historia*.

Anche nel medioevo veniva spesso servito nei banchetti in elaborate preparazioni. Castore Durante lo cita nel suo *Herbario Nuovo* (1585) sostenendo che "i carciofi corroborano lo stomaco, fanno buon fiato" ecc.

Bayer CropScience ha realizzato una interessante collana "Cultura e Cultura" che ha fra gli altri lo scopo di portare a conoscenza del pubblico i valori della produzione agroalimentare italiana con un'attenzione particolare ai legami con il territorio. Sono stati realizzati molti interessanti volumi, uno per ciascun alimento primario: il grano, il pero, la vite e il vino, il mais, il pesce, il melo, il riso, l'ulivo e l'olio, ecc. L'ultimo, appena uscito è il carciofo. Ogni collana è trattata nei suoi molteplici aspetti: agronomico, botanico, tecnico culturale oltreché

forme di utilizzo artigianale e industriale.

La collana è stata ideata e coordinata da Renzo Angelini.

Un interesse particolare viene riservato all'alimentazione, che evidenzia l'importanza di ciascun prodotto nella dieta, per i suoi valori nutrizionali e salutistici. Per inciso va ricordato anche il notevole sforzo di coordinamento e di ricerca degli specialisti (circa 400) che hanno collaborato alla stesura dell'opera.

Il carciofo: Una definizione sintetica ma completa lo considera "il re dell'orto". L'Italia è di gran lunga il maggiore produttore di carciofo con il 35 % della produzione mondiale.

Il volume "il carciofo e il cardo", come i precedenti della collana promossa da Bayer CropScience, è suddiviso in otto sezioni. Lo scopo è fornire una trattazione completa e interdisciplinare, e precisamente: botanica, coltivazione, ricerca, utilizzazione, mondo e mercato, storia e arte, alimentazione, paesaggio.

La competenza ed esperienza degli autori ha realizzato un'opera eccellente per il rigore scientifico ma anche per l'uso di un linguaggio accessibile a qualsiasi tipo di lettore.

La comprensione degli argomenti trattati è agevolata infatti da molte illustrazioni, da schemi, riquadri, tabelle e grafici.

La parte sulla coltivazione del carciofo nelle cinque principali regioni italiane porta ad una

Le nostre rubriche

Il Faiso (Canard) you want?

a cura di Roberto Rebeshino



18 Marzo: Prodotti donati "serviti a tavola" senza indicazione

La Borsa della Spesa

a cura di Enza Bettelli



12 Marzo: La mela Golden Delicious

Il Benessere a Tavola

a cura di Gudrun Dalla Via



12 Marzo: Dimmi di quale gruppo sanguigno sei e ti dirò...

La Vita della Vite

a cura di Marco Tonni



10 Febbraio: Cuore Divino: il vino è Amore, Aiuto e Azione

L'Italia dei Sapori

a cura di Marina Cioccoloni



2 Marzo: Sezze e la sacra rappresentazione della Passione di Cristo

Il Viaggio Gastronomico

a cura di ASA



10 Marzo: Venezia, capitale del gusto per tre giorni

visione chiara e completa relativa all'aspetto tecnico-agronomico della coltura. Altri capitoli infine sono dedicati ai principali Paesi produttori, con una descrizione esauriente di questa coltura nel contesto internazionale.

Proprietà farmacologiche Possiamo così riassumerle:

Azione sul metabolismo lipidico

Diminuisce la produzione del colesterolo e dei trigliceridi

Azione antiossidante

I flavonoidi agiscono come donatori di idrogeno (azione riducente) e sostanze chelanti, sequestranti. Riducono così i danni causati dai radicali liberi.

Azione ipoglicemizzante

Grazie all'acido cloro genico e all'inulina (polimero del fruttosio); quindi il carciofo è particolarmente indicato ai diabetici

Azione epatoprotettiva

La cinarina e gli acidi caffeilchimici esercitano una azione protettiva contro agenti epatotossici

Azione coleretica

Regola il flusso biliare e stimola l'attivazione enzimatica antitossica del fegato.

N.B. "Coltura e cultura" è in rete con il sito www.colturaecultura.it

Gino Dalla Via

Territorio e Vita dallo Spazio

a cura di Enzo Lo Scalzo

17 Marzo: Il terzo ATV intitolato a Edoardo Amaldi