

VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

A Brebbia anche gli angeli raccolgono i fagioli

Redazione Varese News · Thursday, August 25th, 2011



Sono diventati il tesoro Slow Food della nostra provincia e per alcuni avrebbero perfino dei poteri afrodisiaci. I **fagioli di Brebbia**, della specie "fagiolo dall'occhio", saranno raccolti **sabato mattina** dai volontari (e da chiunque volesse aggregarsi) che da tempo si occupano della loro riscoperta. «Il fagiolo dall'occhio – spiega il sindaco della cittadina, **Domenico Gioia** – è l'unico autoctono del vecchio continente. La sua coltivazione era conosciuta nella nostra zona già a partire dal primo secolo. Si racconta infatti che il console romano a Milano, in visita alle legioni disposte lungo le sponde del Verbano, si fermò proprio a Brebbia e donò dieci giare contenenti i semi di questa coltivazione». Nemmeno a dirlo il fagiolo prese piede, o meglio radici, nelle verdi campagne della zona e si diffuse rapidamente. Fino all'arrivo della concorrenza d'oltre oceano. «**Il fagiolo importato** dalle Americhe – continua il primo cittadino – mise in disparte l'antica qualità, in quanto quest'ultima era considerata meno redditizia in termini quantitativi. Soltanto di recente, grazie all'impegno dell'amministrazione, la nostra comunità ha intrapreso **un processo di reintroduzione** di questa antica coltivazione». Ad occuparsene sono stati sia dei piccoli produttori della zona, sia delle famiglie che hanno messo a disposizione degli orti e i prodotti raccolti. «Si è creato un sistema partecipativo e di aggregazione sociale che oltre a condividere un comune obiettivo si adopera per conseguirlo. L'idea di recuperare una tradizione come questa ha interessato anche la condotta Slow Food della provincia di Varese che ha ritenuto opportuno costituire intorno al "fagiolo di Brebbia" una comunità di cibo. La collaborazione con i produttori ha poi permesso di individuare delle regole precise che sono state poi raccolte in un apposito disciplinare».



Chi lo coltiva e dove – Il sistema di coltivazione è stato avviato tre anni fa. È basato sugli orti famigliari e viene portato avanti da un nutrito gruppo di volontari. La scorsa primavera è stato inoltre individuato un campo, messo a disposizione da un privato, destinato alla realizzazione di un "orto comunitario". «I nostri fagioli – prosegue il sindaco – sono coltivati secondo i principi dell'agricoltura pulita, vale a dire senza nessun utilizzo di concimi chimici, diserbanti e insetticidi. Tutte le attività, dalla semina alla raccolta, sono effettuate in modo tradizionale e nel pieno rispetto del disciplinare di coltivazione, utilizzando il prezioso "olio di gomito"».

Fasòeu in piazza – La manifestazione dedicata al prezioso prodotto nostrano si tiene la prima domenica di ottobre. In questa occasione è possibile gustare il fagiolo cucinato in tanti modi diversi: dall'antipasto al dolce. Al momento si contano ben 36 ricette a base di fagiolo dall'occhio.



Le caratteristiche – Ricchi di fibre, proteine e gusto i fagioli hanno avuto alterne vicende nella storia della gastronomia. Grazie alle loro proprietà nutritive e al gusto sapido e corposo, furono considerati afrodisiaci oltre che adatti alla cosmesi femminile. Con le invasioni barbariche cominciò una contrapposizione, destinata a durare a lungo, tra la carne, alimento nobile e costoso destinato alle mense dei ricchi e i fagioli, umile e semplice cibo dei contadini, ignorato o disprezzato dall'alta gastronomia, ma considerato la "carne dei poveri" per il suo enorme valore nutritivo. I legumi, ed in particolare i fagioli, venivano utilizzati nelle nostre campagne con particolare frequenza, ed in alcuni casi anche quotidianamente. Quasi tutti potevano essere essiccati e, grazie alla loro conservabilità, utilizzati anche in inverno, quando i prodotti freschi disponibili erano veramente pochi. Per questi motivi nelle campagne tra il granturco vi erano sempre diverse coltivazioni di fagioli, che venivano consumati direttamente dai produttori sia come baccelli immaturi che come semi freschi o secchi. Allora era solo un'intuizione nata dall'esperienza, oggi sappiamo che ben il 24% del contenuto di un fagiolo secco è formato da proteine e il 48% da glucidi. Ma le sue qualità dietetiche non si

fermano qui: rispetto alla carne contiene un minor numero di grassi e una maggiore quantità di lecitina, una sostanza capace di sciogliere i grassi che si accumulano nel sangue.

Per partecipare alla raccolta – L'appuntamento è per sabato 27 agosto. L'orto si trova su via Per Cadrezzate: svoltare a sinistra appena prima della carrozzeria Carà, edificio giallo. L'inizio delle attività è in programma alle 7.30. La partecipazione è libera.

This entry was posted on Thursday, August 25th, 2011 at 12:00 am and is filed under [Tempo libero](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.