

## La rosa romana, mela dalle origini antiche

Laura Gelli

### La mela

Un intreccio di mito, storia e tradizione, che ha origine fin dalla comparsa dell'uomo, attribuisce alla mela il valore di frutto per antonomasia.

Questo frutto è infatti descritto, narrato, cantato e immaginato fin dall'antichità: primissimo esempio lo si trova nell'Antico Testamento dove è una mela, il frutto proibito che Adamo ruba per Eva e che condanna l'uomo alla sua condizione terrena. Anche nel Simposio di Platone si cita la leggenda de "l'altra metà della mela", dove Aristofane cerca di spiegare in che cosa consiste l'amore, e dice che all'inizio ciascuno costituiva un intero (l'uomo e la donna uniti come una mela e divisi da Zeus in due metà). Fu una mela che cadendo a terra suggerì a Newton le considerazioni che si tradussero poi nelle leggi fisiche sulla gravità. Sempre questo frutto diede l'occasione a Guglielmo Tell di provare la sua abilità di arciere colpendo una mela posta sulla testa del figlio.

Anche l'arte non esita a utilizzare questo frutto elegante e dalle più svariate forme, dimensioni e

colorazioni: troviamo mele nei quadri di Michelangelo, Tiziano, Arcimboldo, Caravaggio, Botticelli e persino Cezanne per poi arrivare a Morandi. Il simbolo di questo frutto rimane vivo e intenso anche nella nostra epoca, dove New York è definita "la grande mela", dove questo frutto rappresenta il marchio di una grande azienda di computer e cellulari, nel cinema nei film di Biancaneve oppure ne "Il tempo delle mele" infine c'è il classico e popolare detto: "una mela al giorno toglie il medico di torno". Informazioni storiche più "scientifiche" e riscontrabili si hanno a partire dal 1200 a.C. dove il faraone Ramsete II fece piantare alberi di melo nei giardini di Alessandria per gli annuali doni ai sacerdoti di Tebe; pare anche che gli antichi etruschi conoscessero la tecnica dell'innesto fin dal 700 a.C..

L'imperatore romano Appio Claudio portò in Sardegna la mela che da lui prese il nome; nel primo secolo dopo Cristo Plinio il Vecchio scrisse un'opera dove descriveva 36 tipi di mele. Dopo i fasti dell'impero romano è impossibile ritrovare tracce di letteratura specifica fino al XV secolo

quando compaiono alcune opere scritte da monaci francesi.

La sua diffusione è in tutta Italia e, lungo la dorsale appenninica, si sono sviluppate aree vocate a questo frutto, dove antiche genealogie sono giunte a noi con le loro peculiarità organolettiche: queste varietà di frutti antichi sono state conservate e studiate da tempo dall'Università di Bologna. Inoltre, nell'ambito di un progetto ISPRA (1) vengono raccolte tutte le informazioni sulle varietà frutticole antiche e autoctone, con lo scopo di dare un contributo conoscitivo sui frutti antichi in una dimensione nazionale per salvaguardare così l'agro-biodiversità.

Salvare la biodiversità significa, quindi, salvare un patrimonio genetico, economico, sociale e culturale di straordinario valore.

### La mela Rosa Romana

La Rosa Romana è una varietà di mele tipica dell'Appennino bolognese. L'Università di Bologna e il CRPV (2) hanno condotto una mappatura e caratterizzazione molecolare degli alberi secolari ancora sopravvissuti in Appennino per stabilirne il patrimonio genetico, affinché non si perda l'originalità del frutto con caratteristiche particolari.

L'albero (Fig.1) è molto vigoroso e molto produttivo anche se lento a

Fig. 1. Albero singolo di mela Rosa Romana superstite, elemento di studio per la mappatura genetica. (Foto dell'archivio del Dott. Claudio Buscaroli)



fruttificare. Il frutto è di pezzatura media o media-grossa, di forma schiacciata; la buccia è verde sfumata di un bellissimo colore rosso intenso e brillante a volte striato, sulla parte esposta al sole (Fig.2); la polpa è soda, acidula, non eccessivamente succosa. I frutti si raccolgono tra la fine di settembre e i primi di ottobre e si conservano bene fino a maggio, fuori dalle celle frigorifere. Con il passare

del tempo la colorazione verde sfuma al giallo per completare la maturazione. E' piuttosto rustica e perciò più resistente alle malattie delle varietà moderne (Golden, ecc.) ed ha proprietà salutistiche interessanti, una fra tutte: in caso di attacco della ticchiolatura (tipica malattia che colpisce le mele con punti neri) il frutto si difende sviluppando polifenoli utili a noi per combattere i radicali liberi (Fig.3).

Fig. 2. Mela sull'albero; notare le macchie cromatiche tutte dalla stessa parte (foto dell'archivio del Dott. Claudio Buscaroli).



Valori nutrizionali della mela per 100g di frutto fresco:

Energia	56,7 Kcal
Zuccheri semplici	12g
Zuccheri complessi	0g
Lipidi	0,3g
Saturi	0g
Protidi	0,3g
Fibre	12,7g

Ricca di acidi organici, fondamentali per l'equilibrio acido-basico del sangue, la mela, grazie ai sali di potassio (la cui presenza contribuisce in modo determinante alle qualità

organolettiche dei frutti), e ai tannini, favorisce l'eliminazione dell'acido urico, quindi consigliabile nei dolori articolari, reumatici e per stimolare la diuresi.

Le fibre, di cui la mela è ben fornita, pur non avendo nessun valore nutrizionale, assolvono l'importante funzione di assorbire l'eccesso proteico, lipidico e glucidico presenti in un pasto eccessivo o squilibrato, di conseguenza regolando i livelli di colesterolo nel sangue.

Tutte queste qualità della mela Rosa Romana e le condizioni agricole in collina hanno fatto sì che quest'anno sia nata l'Associazione Rosmana,

Fig. 3. Mele Rosa Romana con piccoli punti di ticchiolatura, evidenti anche in parte nel frutto tagliato a metà (foto dell'archivio del Dott. Claudio Buscaroli).



mela Rosa Romana dell'Appennino Bolognese", con lo scopo di reintrodurre la coltivazione delle mele ed altri frutti antichi in Appennino per migliorare il reddito dei contadini che ancora oggi coraggiosamente, nonostante le molteplici avversità, popolano e producono in questi territori.

Ho già detto più volte che coltivare in Appennino è difficile per tanti motivi (pendenze dei terreni, carenza d'acqua, fauna selvatica eccessiva, maglie poderali piccole e non continuative intervallate da aree boschive e calanchi), pertanto

l'associazione vuole farsi promotrice dell'unione e della comunicazione fra contadini, per far circolare le idee e le informazioni, per fare massa critica e produttiva per affrontare il mercato. Inoltre l'associazione si fa promotrice di tipologie di coltivazione a bassissimo impatto ambientale, condividendo pratiche di agricoltura biologica e biodinamica per salvaguardare l'ambiente (Fig.4), apparentemente non ancora compromesso data la scarsissima utilizzazione di fitofarmaci, pesticidi e diserbanti tipici delle colture massive di pianura.

Fig. 4. Pianta di mela Rosa Romana pronta per la raccolta (foto di Fabrizio Bencivenni).



### La mela Rosa Romana in cucina

Passiamo ad elencare alcune ricette per mangiare queste squisite mele che ci accompagnano per tutto l'inverno. Una cassetta messa sul balcone, coperta per le gelate e la luce, ci restituisce frutti pronti all'uso.

#### FRITTELLE DI MELE

Ingredienti:

8 mele Rosa Romana, 3 uova, 50 grammi di burro, 50 grammi di zucchero, un decilitro e mezzo di latte, 30 grammi di farina, mezza bustina di lievito in polvere, olio per friggere.

Togliere buccia e torsolo alle mele, tagliarle a fette dello spessore di mezzo centimetro e cospargerle con la metà dello zucchero. Sciogliere il burro in una pentola e metterlo in una ciotola unendovi lo zucchero rimasto, il latte, la farina, le uova e il lievito mescolando per amalgamare il tutto. Immergere le mele nella pastella e friggerle in padella fino a farle diventare dorate. Adagiare su carta assorbente e servire ben calde.

#### TORTA DI MELE ROSA ROMANA

Sbucciare 5 mele Rosa Romana e tagliarle a fette non molto sottili; metterle in una terrina e cospargerle con uno sciroppo di fiori di sambuco, 80 grammi di succo.

Mescolate di tanto in tanto mentre preparate la pasta con 400 grammi di farina, un bicchiere di olio extravergine di oliva (circa 100 grammi), 100 grammi di zucchero di canna; impastare bene gli ingredienti usando in prevalenza le dita. Se la pasta non si amalgama bene aggiungere un po' di acqua fredda e impastare fino ad ottenere un impasto

liscio e morbido, da dividere in due parti, una più grande e l'altra un po' più piccola, da stendere col matterello fino ad ottenere un disco più largo del diametro della teglia di cottura, che avrete imburrato, in modo che possa risalire fino a coprire i bordi della teglia.

A questo punto sistemare nel fondo tre o quattro cucchiaini di pane grattugiato, versandovi le mele; sistemarci sopra la sfoglia dal diametro più piccolo, che avrete steso come la precedente; accostate i bordi della sfoglia di fondo in modo da chiudere bene la torta perché non si apra durante la cottura, spennellare la torta con lo sciroppo di sambuco e una spolveratina di zucchero semolato.

Cuocere a 180 °C per circa 40 minuti. In alternativa lo sciroppo di fiori di sambuco può essere sostituito con lo sciroppo di fiori di robinia, di viole, di glicine, di rose.

#### FRITTATA DI MELE ROSA ROMANA

Questo piatto è molto gustoso e digeribile. L'acidulo della mela si sposa perfettamente con le uova e il formaggio.

Sbucciare tre mele Rosa Romana di media grandezza; tagliarle a cubetti, come quando si fa la frittata di patate; friggere in un buon olio fino a cottura; adagiare le mele su carta assorbente. Rompere quattro uova, sbatterle bene, salarle e aggiungere a piacere 20/30 grammi di

a) formaggio parmigiano grattugiato  
b) pecorino semistagionato o in alternativa formaggio di fossa. Il formaggio può essere sostituito con due cucchiaini di yogurt magro.

Rimettere sul fuoco la padella usata per cuocere le mele, togliendo l'olio in eccesso o sostituendolo con quello fresco; aggiungere le mele e, quando sono calde, le uova sbattute col formaggio o yogurt. Cuocere come tutte le frittate e servire.

Una buona frittata deve essere, come dicono i francesi, un po' "bavose", ossia bavosa, sinonimo, in questo caso di poco cotta.

#### CONFETTURA DI MELE

Le mele Rosa Romana vanno tagliate in quattro parti dopo averle ben lavate e non levare il torsolo. Passarle in acqua acidula (con aggiunta di succo di limone) onde evitare l'imbrunimento; metterle a cuocere con un pizzico di sale e il succo di un limone per ogni chilo di frutta.

Cuocere fino a quando la pasta non ha fatto evaporare tutti i liquidi; passare il tutto al passaverdure; rimettere al fuoco con 200 grammi di zucchero per kg di polpa di mele e cuocere brevemente; invasettare e pastorizzare a bagnomaria i vasi di confettura.

#### SIDRO DI MELA

Pare che per ottenere un buon sidro di mele sia importante che queste abbiano un giusto rapporto tra il contenuto di acido malico e quello amidaceo.

La mela Rosa Romana è tra le varietà adatte per la produzione di sidro. Scegliere le mele ben mature, sane e con la buccia integra; lavarle bene o passarle con uno strofinaccio umido; ridurle in pasta tramite la "grattarola". Torchiare la pasta (si

può usare anche il torchio dell'uva) e sistemare il succo ottenuto in un recipiente pulitissimo lasciandolo esposto all'aria, senza coprire, a fermentare.

In un mese circa gli zuccheri si trasformano in alcool, il sapore cambia e il liquido diventa così più frizzante, perdendo parte del sapore dolciastro. Al termine di questo tempo travasare lo sciroppo ottenuto in un altro recipiente a completare la fermentazione. Nei due/tre mesi successivi si depositerà sul fondo una sostanza torbida e, quando questo processo di deposito avrà termine, si può imbottigliare e chiudere ermeticamente con tappi di sughero o a corona. Il vino sarà pronto dopo circa un anno. Sarà dolce e frizzante, di bassa gradazione alcolica. Se il sidro si lascia esposto all'aria per un mese, ad una temperatura piuttosto elevata, intorno ai 28/29 °C, diventerà aceto.

Questo metodo di produzione del sidro è stato preso dal testo di Paolo Odorizzi e Sergio Abram "Profumi e sapori perduti, Il fascino della frutta antica", Vol 1, Le mele, Mori (TN), 2001, comparato con un sistema di produzione tipico della Bretagna.

#### LIQUORE CON SEMI DI MELA

Fino a tutto l'800 i liquori casalinghi erano di gran moda, e ancora assai popolari fino agli anni '60 del secolo scorso. Comunque sono lontani i tempi in cui in tavola si teneva una scatoletta per raccogliere i semi delle mele consumate a fine pasto. Quando la massa critica raggiungeva il peso di circa 130/140 grammi (le varianti

di peso nelle ricette visionate, sono infinite) si poteva procedere alla preparazione del liquore di semi di mela.

Ingredienti: 500 grammi di acqua, uguale quantità di alcool a 95°, 130 grammi di semi di mela, meglio se di Rosa (non è una posizione campanilistica ma quelli della Rosa sono molto più aromatici, quindi il liquore che ne risulta ha più carattere), 300 grammi di zucchero.

Portare ad ebollizione acqua e zucchero, lasciando raffreddare; aggiungere l'alcool e i semi di mela all'acqua sciroppata.

Lasciare in infusione per almeno un paio di mesi. Filtrare e mettere in bottiglia.

#### Note

(1) Istituto Superiore per la Protezione e la Ricerca Ambientale (NdR)

(2) Centro Ricerche Produzioni Vegetali (NdR)