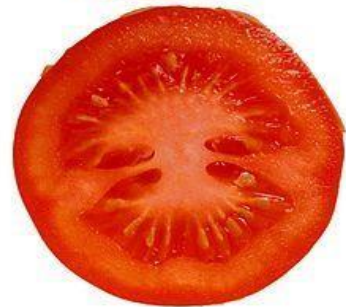
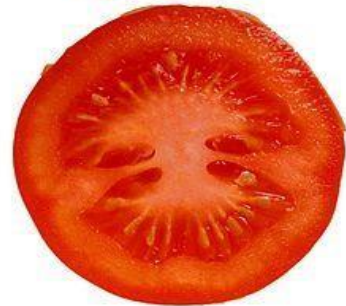
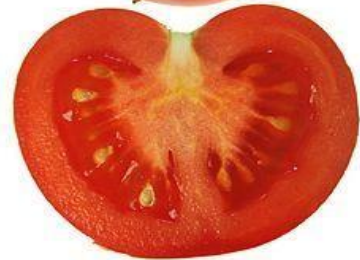




# Il Pomodoro La storia di un gusto italiano

Marina Tutta  
Trieste 2015



# IL POMODORO

## La storia di un gusto italiano

### LE ORIGINI LONTANE



*Sono senza dubbio migliaia i piatti in cui il pomodoro è uno degli ingredienti principali o l'alimento base. Per via del suo colore, sapore e versatilità, il pomodoro ha percorso un lungo cammino dalle antiche civiltà Azteche fino a diventare onnipresente nelle nostre cucine.*

*Il fiore del pomodoro*

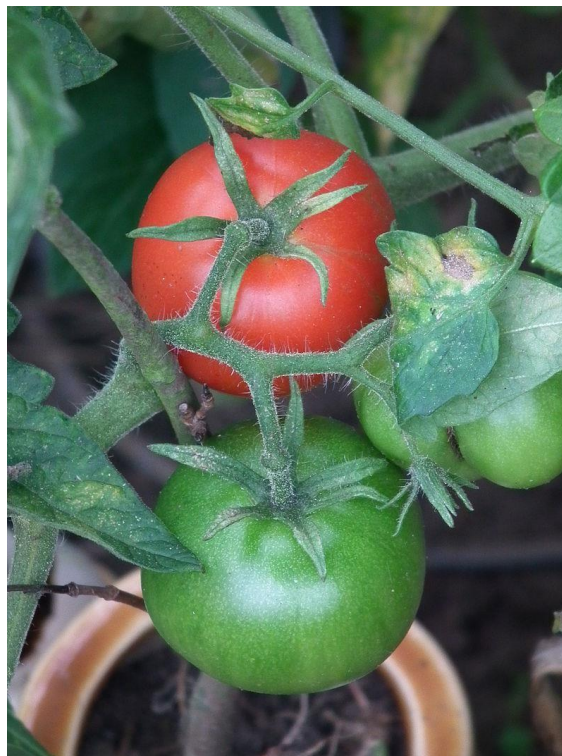
Ancora oggi definito “**oro rosso**”, il pomodoro è nativo della zona del Centro-Sud America e della parte meridionale del Nord America, zona compresa oggi tra i paesi del Messico e Perù.

Gli aztechi lo chiamarono xitomatl, il termine tomatl indicava vari frutti simili fra loro, in genere sugosi. La salsa di pomodoro divenne parte integrante della cucina azteca. Alcuni affermarono che il pomodoro aveva proprietà afrodisiache, sarebbe questo il motivo per cui i francesi anticamente lo definivano pomme d'amour, "pomo d'amore". Questa radice è presente anche in Italia: in certi paesi dell'interno della Sicilia, è indicato anche col nome di pùma-d'amùri (pomo dell'amore). Si dice che dopo la sua introduzione in Europa Sir Walter Raleigh avrebbe donato questa piantina carica dei suoi frutti alla Regina Elisabetta, battezzandola col nome di apples of love (pomo d'amore).

La data del suo arrivo in Europa è l'anno **1540**, quando lo spagnolo Hernán Cortés rientrò in patria e ne portò gli esemplari; ma la sua coltivazione e diffusione attese fino alla seconda metà del XVII secolo. Arriva in Italia solo nel 1596 ma solo più tardi, trovando condizioni climatiche favorevoli nel sud del paese, si ha il viraggio del suo colore dall'originario e caratteristico colore oro, che diede appunto il nome alla pianta, all'attuale rosso, grazie a selezioni e innesti successivi. Il pomodoro è un caposaldo della tavola **Made in Italy**. Compagno immancabile della pasta, ha un sapore inimitabile, poche calorie ed è ricco di vitamine e sali minerali.

### LA COLTURA DEL POMODORO

Fiore del pomodoro: in generale, la pianta del pomodoro ha andamento **strisciante**. Nei nostri climi, la coltivazione a terra può causare deterioramento delle bacche e della pianta in generale, che, come colte colture orticole di origine esotica, può soffrire gli effetti dell'accumulo di umidità, dei parassiti, e di diverse fitopatologie. Per questo motivo è necessaria normalmente l'installazione di **sostegni**; tuttavia alcune varietà, più basse e robuste, non hanno bisogno di essere sostenute in quanto sono ad accrescimento determinato, ossia, una volta raggiunto un certo grado di accrescimento, esse smettono di svilupparsi e producono bacche.



I pomodori gradiscono esposizione piuttosto assoluta, anche se nelle ore più calde questo può causare sofferenza sia alla pianta che ai frutti; per alcune varietà con clima molto soleggiato è consigliabile un leggero ombreggiamento. Il terreno deve essere ben fertilizzato; moderata ma regolare irrigazione.

Per i pomodori da tavola si preferisce la semina in semenzaio, con successivo trapianto sul terreno. I pomodori gradiscono esposizione assoluta, anche se nelle ore più calde questo può causare sofferenza alla pianta; terreno ben **fertilizzato**; moderata ma regolare irrigazione. Molti coltivatori attestano che la qualità dell'acqua influisce in modo percettibile sulla qualità dell'ortaggio, e la temperatura dell'acqua di irrigazione non deve mai essere tanto diversa dalla temperatura dell'ambiente da causare shock termici. Per questo motivo si consiglia l'irrigazione mattutina. Per aumentare la produttività ed evitare che l'eccessivo sviluppo della parte verde sottragga risorse alla pianta, le varietà indeterminate vanno sottoposte alla sfemminellatura o scacchiatura, che consiste nell'eliminazione dei germogli cosiddetti ascellari. Questi sono riconoscibili perché nascono alla base di una ramificazione già esistente e danno luogo allo sdoppiamento del fusto della pianta. Vanno eliminati con le dita non appena si presentano. La raccolta è fatta **a mano**. Molte qualità di pomodoro, quando giungono a maturazione, modificano la base del picciolo per facilitare il distacco della bacca, che risulta quindi molto agevole.

## **BIODIVERSITÀ DELLA SPECIE**

Nonostante le varietà rosse siano le uniche presenti in commercio, le bacche del pomodoro possono assumere **colorazioni** differenti.

Si va dalle cultivar di colore **bianco** (white queen, white tomesol) a quelle di **gialle** (douce de Picardie, wendy, lemon), **rosa** (thai pink), **arancioni** (moonglow), **verdi** anche a maturazione (green zebra), e persino **violacee** (nero di Crimea, purple perfect).

In alcune cultivar la buccia è leggermente pelosa, simile alla pelle di una pesca. Esistono pomodori **lunghi** (San Marzano), **rotondi** e molto grossi (beefsteak), a forma di **ciliegia**, riuniti in grappoli (reisetomaten), e persino **cavi** all'interno (tomate à farcir). A seconda delle cultivar, la raccolta può avvenire da 40-50 giorni a oltre 120 giorni dal trapianto.



## LE ALTRE VIRTÙ DEL POMODORO

I vantaggi del pomodoro non si fermano al licopene. È infatti un alimento leggero, rimineralizzante, dissetante, ad alta densità nutrizionale e **ricco** di sapore.

Ma il pomodoro contiene anche: **Acqua** (94%); **Proteine** (non superano l'1%); **Grassi** (sono fermi allo 0,2%); **Carboidrati** (2,8%), rappresentati soprattutto da fruttosio e glucosio.

Il rapporto tra elevato contenuto di acqua e basso tenore di zuccheri fa sì che il pomodoro apporti poca energia, ma di pronto utilizzo; **Sali minerali** [Potassio (297 mg per 100 g di pomodoro), utile contro la ritenzione di liquidi e la pressione alta; **fosforo** (25 mg per 100 g), che aiuta a tenersi in forma; **Calcio** (9 mg per 100 g), che permette di avere ossa e denti forti]; e **Vitamine** [Vitamina C; Betacarotene; Vitamine del gruppo B, che favoriscono il ricambio e l'ossigenazione della pelle].

## NOMI REGIONALI

- Campania: **pummarola**
- Emilia-Romagna: **tomatas, pamdòra, pimidòra**
- Friuli Venezia Giulia: **pomodoro**
- Liguria: **tomâta**
- Lombardia: **tomata, pomata, pomdor**
- Marche: **p'mmadora**
- Molise: **pummaruol**
- Piemonte: **tumatica**
- Puglia: **pimbidoru, pummidoru**
- Sardegna: **pumata, tamata**
- Sicilia: **pumaruru** • Veneto: **pomodoro**.
- 

## TRASFORMAZIONE INDUSTRIALE

- L'industria del pomodoro è creatura tipicamente italiana. La sua culla sarebbe stata Parma, nelle cui campagne dopo la metà dell'Ottocento i contadini producevano pani

di polpa essiccata, al sole, e non per nulla chiamati "pani neri". Avrebbe imposto la svolta il professor Rognoni, docente all'Istituto tecnico di Parma, che avrebbe sperimentato la coltura, nei propri poderi, dal 1865, e sarebbe stato protagonista della diffusione, prima del 1895, dei primi processi razionali, presto adottati da numerosi laboratori artigianali.

- In seguito al successo della propria industria conserviera piemontese, nel 1875 l'astigiano Francesco Cirio creò a Napoli la prima industria conserviera meridionale.
- I laboratori che dichiarano la propria attività, a Parma, alla Camera di Commercio, sono 4 nel 1893, 5 nel 1894, 11 nel 1896. L'industria parmense acquisisce un autentico primato europeo dopo l'importazione dalla Francia, nel 1905, delle apparecchiature per la condensazione del "concentrato" sottovuoto. Le imprese parmensi sono, l'anno medesimo, 16, tutte dotate di apparecchiature moderne, quando da Parma l'industria inizia a dilatarsi alla finitima Piacenza. Insieme le due province conseguiranno l'indiscusso primato mondiale del "concentrato", mentre la grande industria di Cirio nel Mezzogiorno si specializzerà piuttosto nei "pelati", ottenuti dal tipico pomodoro campano, il San Marzano.

## TIPI di POMODORO

**POMODORO COSTOLUTO FIORENTINO** (detto anche comunemente Costoluto fiorentino) a dispetto del nome viene prodotto in tutta la Toscana[. Viene raccolto a mano a partire dalla metà di agosto. È un prodotto della terra ottimo consumato fresco sia, una volta spellato, utilizzato per la preparazione di sughi e salse.

Ha un colore rosso intenso ed è caratterizzato, in superficie, da grinze che rientrano molto all'interno mentre la polpa è omogenea di sapore dolce e consistente.

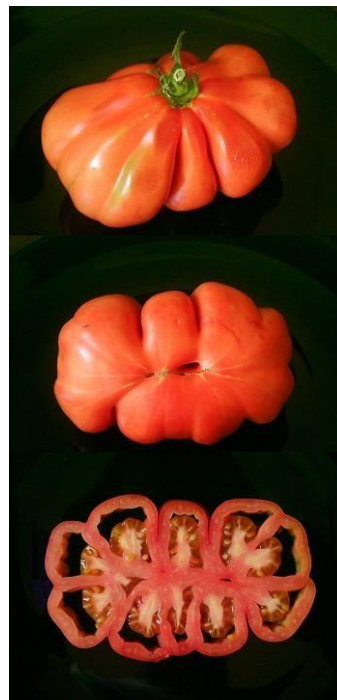
I dati relativi al quantitativo di produzione del Pomodoro costoluto fiorentino non sono precisi, ma basati su stime. Per i comuni della provincia di Firenze, si stimano 170 quintali di prodotto, mentre per i comuni della provincia di Arezzo si attesterebbe attorno ai 500 quintali di prodotto, secondo i dati dell'Agenzia Regionale per lo Sviluppo e l'Innovazione nel Settore Agricolo-forestale.



**POMODORO CUORE di BUE** (detto anche **BOVAIOLO**) è un pomodoro da insalata, grosso ed irregolare, con buccia liscia e sottile. Le dimensioni alla raccolta variano in genere dai 200 ai 300 grammi, sebbene si possano trovare frutti di quasi 500 grammi, ha una polpa carnosa e con una consistenza simile a quella del cachi. È molto saporito, aromatico, quasi piccante con pochissimi semi nella polpa. Il prezzo di vendita del pomodoro cuore bue lo rende ancora oggi non proprio un prodotto di largo consumo.

Il pomodoro cuore di bue viene raccolto a mano, essendo la buccia molto sottile e delicata, e poi viene posto in locali ben aerati.

Esistono diverse varietà di pomodoro cuore di bue e viene coltivato in varie zone d'Italia, e accanto al nome viene associato quello della zona di produzione; quello coltivato in Liguria, ad esempio, prende il nome di *pomodoro cuore di bue ligure* o *pomodoro di Albenga* ma è molto comune la varietà "cuore di bue classico" dalla classica forma di cuore e cioè con una leggera punta e quasi per niente costoluto; inoltre è molto apprezzata dai produttori amatoriali una varietà dal colore rosa.



**POMODORO di PACHINO** (IGP) è un prodotto ortofrutticolo italiano a Indicazione geografica protetta. In certe aree d'Italia l'ortaggio è noto anche con il nome di *pendolino*.

L'ortaggio non appartiene all'agricoltura tradizionale dell'isola, essendo una varietà introdotta nel 1989 dalla multinazionale sementiera israeliana HaZera Genetics, che l'aveva ottenuta attraverso selezione assistita da marcatori.

Il disciplinare IGP prevede, per la produzione del "Pomodoro di Pachino", una zona di coltivazione che comprende l'intero territorio comunale di Pachino e Portopalo di Capo Passero, oltre a parte dei territori comunali di Noto (SR) ed Ispica (RG), ricadenti nella parte sud orientale della Sicilia.

Il disciplinare del Pomodoro di Pachino IGP classifica e tutela ben quattro varietà di pomodoro, tutte con peculiarità diverse e destinate a diversi segmenti di mercato. Sono tipologie accomunate da un elevato grado brix, da una straordinaria resistenza post raccolta e da un colore brillante e attraente.



## CILIEGINO

Caratteristico per l'aspetto "a ciliegia" su un grappolo a spina di pesce con frutti tondi, piccoli, dal colore eccellente e il grado brix elevato.



**POMODORINO VESUVIANO** è una varietà di pomodoro coltivata esclusivamente nell'area vesuviana.

Ha una forma ovale allungata, lievemente a pera o a cuore, ed è ben visibile la parte apicale (il pizzo). I pomodorini del Vesuvio si possono conservare a lungo grazie alla buccia spessa. Sono tradizionalmente raccolti a grappolo e appesi fuori i balconi, prendendo, in questo modo, il nome di piennolo (pendolo) o spongillo (per il pizzo che presentano alla loro estremità).

Per la zona di coltivazione molto ristretta, il prezzo imposto è leggermente più elevato rispetto agli altri esemplari più diffusi. I terreni nei quali si coltiva questa varietà sono il risultato di millenni di stratificazione della lava e sono difficilmente raggiungibili, in quanto ubicati ad alta quota. Per questo, a Napoli, i pomodori "a spongillo" sono detti anche "di montagna".



È riconosciuto come prodotto agroalimentare tradizionale della regione Campania. Il "pomodorino del piennolo del Vesuvio" è una DOP dal 2009.

**POMODORO DI SAN MARZANO** dell'agro sarnese-nocerino (DOP) è una varietà di pomodoro riconosciuta come prodotto ortofrutticolo italiano a Denominazione di origine protetta.

Il nome proviene dalla città di San Marzano sul Sarno, dove ha visto la nascita. Ha una forma allungata, ed è particolarmente adatto per preparare pelati e conserve. Nello specifico, è considerato da molti chef come uno dei migliori pomodori per realizzare il concentrato.

Secondo alcune teorie, il primo seme di pomodoro San Marzano arrivò in Campania nel 1770, come dono del viceré del Perù al re di Napoli. Fu piantato nell'area corrispondente all'attuale comune di San Marzano sul Sarno, dove attecchì bene grazie alla fertilità del suolo vulcanico.

Negli Stati Uniti d'America, il San Marzano è considerato la base genetica per un altro tipo di coltura, il pomodoro varietà Roma[3] (a sua volta considerato un ibrido).

Il processo di trasformazione industriale del pomodoro San Marzano è incominciato intorno al 1926.



**POMODORI BLU (POMODORI NERI O POMODORI VIOLA)** sono cultivar di pomodoro prodotte mediante tecniche di selezione e miglioramento genetico al fine di ottenere, dai frutti, la produzione di grandi quantità di antociani, una classe di pigmenti responsabili della colorazione scura, blu o viola, di molti frutti, come le more, i mirtilli, e i frutti di aronia.

L'interesse alimentare per specie vegetali ricche gli antociani deriva dal fatto che esistono ricerche che suggeriscono proprietà antiossidanti.

Alcune di queste varietà di pianta hanno già raggiunto il mercato, con i nomi commerciali "Indigo Rose" e "SunBlack". "SunBlack, in particolare, è nato dal progetto "Tom-Antho", risultato di una collaborazione tra la Scuola Superiore Sant'Anna di Pisa, l'Università degli Studi della Tuscia di Viterbo, l'Università di Modena e Reggio Emilia, e l'Università di Pisa.



# Curiosità sul pomodoro

## 1. BENEFICI DEL POMODORO

Alcuni studi hanno dimostrato che il pomodoro, ricco di **antiossidanti**, potrebbe rivelarsi un alimento fondamentale nella prevenzione di alcuni tipi di tumore.

Diversi lavori scientifici dimostrano che il consumo quotidiano del pomodoro riduce il rischio di insorgenza di episodi tumorali delle vie aeree respiratorie e digestive, dei polmoni e dello stomaco. Lo stesso effetto protettivo si riscontra nei confronti della bocca, della faringe. Molte malattie coinvolgono nel loro evolversi processi di tipo ossidativo (radicali liberi). I pigmenti antiossidanti e alcune **vitamine** (in particolare **C** ed **E**), sono in grado di sequestrare questi radicali liberi e di ridurre, di conseguenza, gli effetti patologici che essi possono causare.

Altri studi affermano che i derivati del pomodoro (passata, polpa e concentrati) possono costituire un'importante ed esclusiva base di somministrazione di licopene (è il carotenoide responsabile della colorazione rossa dei pomodori maturi ed è uno dei più potenti antiossidanti presenti in natura) sia in termini quantitativi (superiore a quella fornita dal pomodoro fresco), sia qualitativi (in una forma cioè più assimilabile).

## 2. IL POMODORO: UN VERO E PROPRIO ALLEATO DEL BENESSERE

È la bacca **più consumata** al mondo.

L'ortaggio "principe" della cucina italiana. Il "re" della dieta mediterranea.

Oggi i nutrizionisti lo ritengono un alimento amico della linea, dall'azione antiossidante e dagli effetti positivi per il **cuore** e le **arterie**. A fianco di questi benefici nutrizionali, il pomodoro ha svelato negli ultimi anni delle capacità di prevenzione nei confronti di alcune delle più diffuse malattie della nostra società: le patologie cardiovascolari e alcune tipologie di tumori.

Umile ma ricco di **virtù preziose**, si è rivelato un alimento salutistico dalle proprietà **benefiche**.

**Sapevate, inoltre, che il pomodoro protegge la pelle dall'invecchiamento precoce?**

Grazie proprio al licopene, potente antiossidante contenuto in quantità sino a **10 volte** superiore rispetto al pomodoro fresco, un tubetto di concentrato di pomodoro può diventare l'alleato numero uno della nostra **bellezza**, al pari di tante, spesso costose, creme anti-età.

Il frutto maturo è ricco di principi nutritivi seppure a basso contenuto calorico, ed è comunemente utilizzato a scopi alimentari, in insalata o come ingrediente nella

preparazione di salse e piatti cotti, come la pizza. Il succo o il centrifugato di pomodoro, assunti come bevanda rendono disponibile all'organismo una quantità significativa di licopene, un antiossidante che si ritiene possa svolgere una certa funzione protettiva rispetto al rischio di tumori alla prostata. Il succo di pomodoro costituisce anche, con l'aggiunta di vodka, tabasco, limone, sale e pepe, la base di un cocktail Bloody Mary solitamente servito come aperitivo (viene talora chiamata Virgin Mary la versione analcolica dello stesso cocktail, che si riduce a succo di pomodoro condito come sopra).

### 3. ABBRONZATURA PERFETTA? CON IL POMODORO

La pelle è lo specchio di ciò che mangiamo e questo è noto da tempo. Buono, sano, ricco di fattori **nutrienti** importanti per l'organismo, il pomodoro in estate favorisce i riflessi dorati sulla nostra pelle.

## IL MUSEO

Il museo è stato inaugurato il 25 settembre 2010 con un convegno dedicato a "Il pomodoro a Parma: storia, imprenditorialità e gusto" a cui sono intervenuti Tullio Gregory, direttore dell'Istituto dell'Enciclopedia Italiana, il nutrizionista Giorgio Calabrese, il giornalista gastronomico Davide Paolini e Giancarlo Gonizzi, coordinatore dei Musei del Cibo di Parma.

Il percorso espositivo è predisposto nell'ala a piano terra dove un tempo erano presenti le stalle. È organizzato in sette sezioni che illustrano i temi:

- la storia del pomodoro, dall'arrivo in Europa dopo la scoperta delle Americhe alla sua diffusione;
- lo sviluppo dell'industria di trasformazione del pomodoro a Parma;
- lo sviluppo delle tecnologie produttive;
- il prodotto finito e gli imballaggi;
- lo sviluppo dell'industria meccanica;
- i protagonisti e i lavori in fabbrica;
- la cultura del "Mondo Pomodoro" con le pubblicità, le citazioni e i dipinti.



# ODE AL POMODORO di

## PABLO NERUDA

*Vi propongo una vera POESIA, che il Grande Neruda dedicò al pomodoro, il succoso, carnoso, sfolgorante rosso frutto della Terra "Ode al pomodoro", in cui il rosseggiante ortaggio è individuo sociale socialmente inserito che si sposa con la cipolla in "nozze sontuose" benedette dall'olio di oliva. Siamo in Cile, ma pare di essere in Toscana...E' una meraviglia golosa questa Poesia...*

Nei versi appassionati delle Odi elementari Neruda canta il suo rapporto con la natura e gli umili oggetti della quotidianità dei poveri, le piccole e grandi cose della vita: il pane, il carciofo, la cipolla, il vino, il chimico, il fiore, l'atomo e la semplicità, la Poesia...che si uniscono ai grandi temi dell'amore e della missione politica.

### **Ode al pomodoro di Pablo Neruda**

*La strada si riempì di  
pomodori,  
mezzogiorno, estate,  
la luce si divide in  
due metà di un  
pomodoro, scorre per  
le strade il succo. In  
dicembre senza  
pausa il pomodoro,  
invade le cucine,  
entra per i pranzi, si  
siede riposato nelle  
credenze, tra i  
bicchieri, le  
matequilleras la  
saliere azzurre.  
Emana  
una luce propria,  
maestà benigna.  
Dobbiamo,  
purtroppo,  
assassinarlo: affonda*

*il coltello nella sua  
polpa vivente, è una  
rossa viscera, un sole  
fresco, profondo,  
inesauribile, riempie le  
insalate del Cile, si  
sposa allegramente  
con la chiara cipolla, e  
per festeggiare  
si lascia  
cadere  
l'olio,  
figlio essenziale  
dell'ulivo, sui suoi  
emisferi socchiusi, si  
aggiunge il pepe la sua  
fragranza, il sale il suo  
magnetismo: sono le  
nozze del giorno il  
prezzemolo issa la  
bandiera, le patate*

*bollono vigorosamente,  
l'arrosto colpisce con il  
suo aroma la porta, è  
ora! andiamo! e sopra il  
tavolo, nel mezzo  
dell'estate, il pomodoro,  
astro della terra, stella  
ricorrente e feconda, ci  
mostra le sue  
circonvoluzioni, i suoi  
canali, l'insigne pienezza  
e l'abbondanza senza  
ossa, senza corazza,  
senza squame né spine,  
ci offre il dono del  
suo colore focoso  
e la totalità della sua  
freschezza*

**Marina Tutta  
Trieste 2015**