

...maturano le nespole, dal gusto così speciale. Ma il frutto del nespolo, rustica pianta dai bei fiori bianchi, può essere conservato anche trasformandolo un'ottima marmellata. Ecco la ricetta.

di Iris Fontanari

Col tempo e con la paglia...

Da tempo ho nell'orto un nespolo comune che mi regala ogni anno molti frutti. Ho sempre consumato le nespole, durante l'inverno, dopo averle fatte maturare nella paglia (come si usava un tempo), ma ora vorrei utilizzarle anche in altro modo, magari sotto forma di marmellata: potreste suggerirmi una ricetta? Vi ringrazio.
Gianpaolo Girardi. - Viarago



Negli affreschi di Pompei

L'origine del nespolo è incerta: secondo alcuni, pare sia stato introdotto in Italia dalla Germania (dove è molto diffuso), secondo altri pare sia originario della regione caucasica a nord della Persia, da dove fu importato in tutta Europa nel 200 a. C. circa. In ogni caso, è accertato che Greci e Romani lo conoscevano e lo coltivavano: è infatti raffigurato negli affreschi dell'antica Pompei, mentre la sua prima descrizione è dovuta a Plinio il Vecchio nel primo secolo dell'era cristiana. Nel Medioevo le nespole comuni erano utilizzate per le proprietà febbrifughe e antidiarroeiche.

Il nespolo occupa un posto d'onore fra quelle presenti nel mio orto domestico perché i suoi frutti, come quelli di altri arbusti spontanei di cui sono ghiotta, mi ricordano il "sapore" dell'infanzia, quando, sul finire dell'autunno, era una vera gioia trovare, appeso ai rami della pianta ormai spoglia, qualche frutto già molle, dal sapore tanto gradevole, mentre i frutti con la polpa compatta erano asprigni e decisamente immangiabili!

Il nespolo comune (*Mespilus germanica*) è una pianta di modeste dimensioni che può raggiungere l'altezza massima di 4 metri. Questa Rosacea, difficilmente coltivata nei frutteti, è facilmente rinvenibile, allo stato quasi selvatico, lungo le siepi, negli orti e nei giardini di campagna, dov'è apprezzata anche per i suoi fiori bianchi molto decorativi; in genere, viene coltivata in tutti i paesi a clima continentale.

La specie qui trattata non dev'essere confusa con il nespolo del Giappone (*Eriobotrya japonica*) che, pur appartenendo alla stessa famiglia, presenta un frutto diverso, molto precoce, di color giallo e con due o più semi molto grossi all'interno.

Il nespolo comune ha portamento irregolare, tronco tortuoso, rami spinosi e talvolta contorti con foglie oblunghe, leggermente dentate, color verde intenso nella pagina superiore, leggermente pelose e più chiare nella pagina inferiore. I fiori, solitari e grandi, si trovano all'apice dei rametti ed hanno la corolla con cinque petali bianchi, numerosi stami e un ovario con cinque stili. Compaiono tardi (fine maggio-primi di giugno) e possono per questo sfuggire alle brinate tardive.

I frutti sono drupe tondeggianti, color bronzo, con una parte terminale molto schiacciata, e sono circondati dai resti del calice e del ricettacolo; assomigliano a piccole mele scure sormontate da una grande corona di sepali persistenti; internamente la nespola è divisa in cinque logge, nelle quali si trovano i semi, legnosi e irregolari; la buccia è color marrone-rossastro, che diventa scuro dopo l'ammezzimento; la polpa è bianca, compatta, molto ricca di tannini ed ha sapore astringente. Le nespole, una volta raccolte (ottobre-inizio novembre), si lasciano ammezzire nella paglia o in altro mezzo finché la polpa diventa scura e di sapore gradevole.

La pianta del nespolo è dotata di una eccezionale rusticità e offre ogni anno, anche se abbandonata a se stessa, un'abbondante produzione. Si adatta alle diverse condizioni di clima e di terreno, ma teme i terreni troppo secchi o molto umidi; è molto resistente alle basse temperature. Se coltivata parzialmente all'ombra, la pianta esprime al meglio la sua produzione. Inoltre, è autofertile e perciò anche l'impianto di un unico esemplare può dare la certezza di una fruttificazione annuale. Il nespolo si propaga per innesto: ha buone affinità sul cotogno, sul biancospino e sul nespolo selvatico reperibile nei boschi. Le varietà consigliate sono il *nespolo comune* con frutti medio-piccoli, dolci e molto gustosi; il *nespolo grosso di Germania*, con frutti più grossi di forma rotondeggiante-appiattita e polpa mediamente dolce.

Il nespolo è un tonico astringente e un buon regolatore delle funzioni intestinali; possiede anche proprietà diuretiche ed è un buon astringente anche per le pelli infiammate. I frutti freschi vengono digeriti bene anche dalle persone con lo stomaco delicato. Per combattere le diarree, è buona cosa mangiare ogni mattina da 200 a 300 g. di



frutti crudi, ben maturi e privi di buccia.

Per uso esterno, contro le infiammazioni della gola e delle mucose, si possono fare lavaggi e impacchi col decotto di frutti freschi o applicare la polpa sulle parti interessate.

Il solo modo per conservare a lungo le nespole, oltre a farle maturare durante l'inverno per poi gustarle a primavera, è quello di trasformarle in marmellata; in alcuni Paesi dell'Est, con le nespole si prepara anche un'acquavite.

La **marmellata**: si levino alle nespole mature il picciolo, la buccia ed i semi, si pesi la polpa e si aggiunga un'uguale quantità di zucchero e pochissima acqua; si faccia cuocere a calore moderato, rimstando spesso, finché la marmellata avrà raggiunto la giusta consistenza; la si versi subito in vasi preriscaldati e si chiuda ermeticamente.

Un'altra marmellata, utile contro le diarree, è quella che si ottiene mettendo a cuocere per 45 minuti 1 kg di frutti, 8 etti di zucchero e 1/2 l d'acqua; si divide in 4 barattoli che vanno chiusi ermeticamente e se ne prende un barattolo al giorno, al mattino.