



Dopo il raccolto la frutta deve essere elaborata il più rapidamente possibile. Oltre alla frutta del proprio giardino in cucina si può far uso anche della frutta selvatica.

Periodo di raccolta: frutta, verdura ed erbe aromatiche del giardino

Nei tropici la frutta fresca cresce sull'arco di tutto l'anno. Nell'Europa centrale la maggior parte della frutta e della verdura matura invece in estate e in autunno. Vale certamente la pena di raccogliere la gran varietà di mele, pere, carote, teste di cavolo e simili e di utilizzarli o conservarli per i tempi più "magri".

Quando i rami del sambuco sono carichi di bacche è difficile resistere. Si tratta probabilmente del frutto selvatico più facile da raccogliere ed elaborare. Il succo o la gelatina di sambuco sono sane leccornie molto difficili da acquistare. Quindi approfittatene: spesso il sambuco cresce nelle vicinanze e se non viene raccolto, cade al suolo inutilizzato. Per gli uccelli ne rimane comunque a sufficienza. Il sambuco può tra l'altro essere consumato solo se cotto. Le bacche crude hanno un forte effetto lassativo!

Ovviamente anche il giardino offre una gran quantità di frutta – a condizione che siano state piantate piante da frutta e allestite aiuole di verdure per tempo. Sulle piante ora maturano mele, pere, cotogni, prugne e noci; su cespugli o piante rampicanti

abbondano uva, kiwi, nocciole, lamponi e more, mentre sui cespugli selvatici si sviluppano tra l'altro il sorbo (il frutto del sorbo selvatico), l'olivello spinoso, l'aronia (*Aronia melanocarpa*), la rosa canina, la susina selvatica o prugnola e la rosa del Giappone (*Chaenomeles*). Esistono inoltre – a dipendenza della pianta – specie più rare come il castagno, le pere asiatiche, il nespolo e altri ancora. In giardino troviamo patate, cavolo, carote, cipolle e altre specie. Crescono e maturano inoltre insalate e verdure. Senza dimenticare le erbe aromatiche che, come l'origano, sviluppano fiori o preziosi semi (ad es. finocchio o cumino).

Grado di maturazione

Il periodo di raccolta dipende da vari fattori, più precisamente dalla specie e dalla varietà e ovvi-

amente anche dal tempo. Nel caso delle mele si può ad esempio estendere da luglio, per le varietà primaticce, a novembre, quando maturano le mele tardive adatte alla conservazione. La stessa cosa vale per le pere, il cui assortimento è tuttavia molto più ridotto rispetto a quello delle mele. Per queste due specie di frutto con semi occorre inoltre distinguere la maturazione per il raccolto dalla maturazione per il consumo. Mentre le varietà primaticce possono essere gustate immediatamente dopo il raccolto e il loro sapore diminuisce rapidamente diventando farinoso o pastoso, la maggior parte delle varietà conservabili devono essere immagazzinate per un determinato periodo prima di sviluppare il loro aroma tipico. Il cotogno dovrebbe in ogni caso rimanere sulla pianta il più a lungo possibile. Questo frutto purtroppo assai raro può essere

raccolto soltanto quando acquisisce il tipico colore giallo intenso. Anche dopo il raccolto, melo e pero cotogno non si addicono ad essere consumati crudi, ma devono essere cotti. Una gelatina di questi frutti, molto duri allo stato crudo, rappresenta tuttavia una conserva sfiziosa. Diversamente dai frutti con semi, la frutta drupacea, vale a dire con nocciolo, quali ad es. le susine – fanno parte di questo gruppo prugne, mirabelle e regina Claudia – può essere conservata solo per breve tempo e viene raccolta gradatamente e immediatamente consumata o elaborata. Questi frutti succosi si addicono in modo particolare per conserve liquide quali succhi e vino, ma anche per gelatine, marmellate e passati. Vengono spesso e volentieri utilizzati per piatti stagionali, per ricoprire torte (ad es. torta di prugne), quale contorno fruttato per

piatti principali (ad es. passato di prugne) o come dolce rinfrescante. Alla stregua della frutta a nocciolo, anche le bacche non possono essere conservate a lungo. Uva, lamponi, more e simili devono essere raccolti, consumati o elaborati prima di essere gustati dagli uccelli o prima di irrandire. Per contro, per il raccolto di kiwi, sorbo selvatico, rosa canina, nespolo, olivello spinoso e alcune altre specie di frutta non c'è fretta. Per maturare completamente dovrebbero addirittura rimanere il più a lungo possibile sulla pianta o sul cespuglio. Il raccolto di noci e nocciole avviene per lo più in modo automatico: cadono a terra quando sono mature e possono quindi essere semplicemente raccolte dal suolo. Non devono in nessun caso essere fatte cadere colpendo cespugli e alberi ad es. con un bastone.

Per la verdura il periodo di raccolta dipende dalla specie e dal periodo di coltivazione. Le verdure quali pomodori, cetrioli o zucchine possono essere raccolti durante tutti i mesi estivi, mentre i tuberi devono dapprima sviluppare robuste radici o le loro foglie appassire (ad es. patate). Per le varie specie di cavolo occorre attendere che abbiano sviluppato le tipiche teste (ad es. cavolo bianco, cavolo rapa, cavolfiore). Le erbe aromatiche possono per contro essere raccolte in qualsiasi momento dai mesi estivi fino in autunno inoltrato. Sviluppano costantemente nuovi germogli.

Raccogliere in modo corretto

I frutti vengono raccolti non appena hanno raggiunto la grandezza ottimale e acquistato il colore tipico del frutto maturo. Se raccolti troppo presto, i frutti possono essere conservati meno a lungo e anche il sapore ne risente. Se raccolti invece troppo tardi, il loro sapore si deteriora (diventando ad es. pastoso o farinoso) oppure iniziano a marcire. Il modo migliore è raccogliere i frutti maturi man mano: diversamente dalle piantagioni, nel giardino di casa ciò è molto semplice. A

dipendenza della specie possono essere scrollati dalla pianta (ad es. prugne) senza danni. Per i frutti sensibili alla pressione questo non è tuttavia il metodo di raccolta corretto. Le mele e le pere vengono in ogni caso raccolte man mano, singolarmente e con cautela e più precisamente in modo tale da non danneggiare né il frutto né le gemme. Ad eccezione ad es. dell'uva o dei kiwi, nella frutta con semi la gemma del frutto, risp. del fiore per l'anno successivo è già completamente sviluppata. Nelle verdure bisogna prestare attenzione a non danneggiare il punto in cui spuntano i fiori.

Raccogliere la frutta caduta a terra

Durante il raccolto i frutti marci non devono essere lasciati sulla pianta o sul cespuglio, poiché potrebbero causare un'infezione agli altri frutti o all'intera pianta. La stessa cosa vale per la frutta caduta a terra nella quale si sono spesso insidiate malattie crittogame.



Le mele e gli altri frutti con semi vengono raccolti senza danneggiare i rami fruttiferi, vale a dire girando delicatamente.



Per la conservazione della verdura, invece di una cantina si addice anche un letto caldo. Dopo aver disposto la frutta con la sabbia, il tutto deve però essere ricoperto con stuoie di canna affinché la luce non possa penetrare.

miche o annidati parassiti. Dopo essere stata mondata, la frutta caduta al suolo è comunque adatta per succhi o altre conserve.

Aiuti per il raccolto

Non appena il raccolto è imminente è consigliabile tagliare l'erba sotto le piante e rimuovere gli oggetti che potrebbero disturbare il raccolto. In tal modo nessun frutto va perso e le corone possono essere raggiunte senza ostacoli. Se possono essere afferrati dal suolo, è meglio raccogliere i frutti a mano. Anche se appesi in alto, possono essere raccolti da terra con attrezzi speciali. Hanno dato buoni risultati gli attrezzi per il raccolto con manico telescopico che si estendono molto in alto nella corona e grazie ai quali non è necessario arrampicarsi sulla pianta. Se ciononostante dovesse servire delle scale, queste devono ovviamente essere sicure e mobili. Una scala in alluminio relativamente leggera è più facile



Le cassette di legno o i contenitori di plastica offrono molto spazio per numerosi frutti. Le "Boskoop" maturano completamente solo durante la conservazione.



I delicati grappoli d'uva devono essere trattati con cura. Per il raccolto occorre far uso di forbici ben affilate.

da infilare all'interno della corona di una pesante scala in legno. Una buona scala allungabile è comunque parte integrante dell'attrezzatura di base per la casa e il giardino. Una piccola scala doppia è inoltre utile per raggiungere l'uva sulla pergola o i frutti sulla spalliera della parete. L'utilizzo di piccole forbici da giardiniere ben affilate facilita la raccolta dei grappoli d'uva o dei frutti che oppongono resistenza. Affinché le mani rimangano libere per staccare i frutti, tenersi stretti o arrampicarsi, è molto utile avvalersi di un contenitore di raccolta da mettere a tracolla o da appendere a un ramo. Se i frutti da raccogliere sono solidi, si può far uso anche di un grembiule da giardiniere con una tasca sul ventre.

Dalla chioma in cucina, in cantina o in bocca

La frutta e la verdura raccolte deve raggiungere al più presto la cucina o la cantina. Patate, teste



Un magazzino naturale offre delle condizioni ottimali per la conservazione della frutta. Una cantina naturale può essere costruita da sé.



I cestini di plastica si sono rivelati come contenitori stabili e leggeri per il trasporto. I tuberi devono essere conservati in un luogo fresco e buio.

di cavolo, carote, mele, pere e altri frutti possono essere conservati abbastanza a lungo se depositati in un locale buio e fresco. I sili sotterranei e le cantine in giardino offrono buone condizioni. Nel locale caldaia frutta e verdura non rimangono invece fresche a lungo. I frutti necessitano di un'elevata umidità dell'aria e di un ambiente fresco e buio. I sili sotterranei, simili sili naturali all'aperto, cantine fresche e al riparo dal gelo ed edifici accessori offrono migliori condizioni delle cantine asciutte e calde delle case moderne. In passato le patate venivano immagazzinate direttamente nel campo. A tale scopo si ricorreva a fosse piane dotate di una spessa imbottitura di paglia. Dopo aver disposto a strati e

ricoperto con paglia i tuberi, questi rimanevano freschi fino a primavera sotto un mantello di terra. Ovviamente simili sili possono ancora essere realizzati anche oggi. Un ripostiglio o una cantina offrono tuttavia migliori condizioni per la conservazione poiché sono accessibili in qualsiasi momento e offrono riparo dai topi.

Conservare frutti selezionati

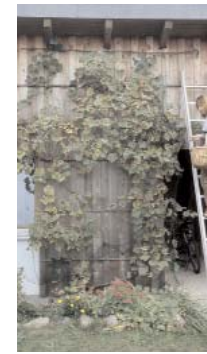
Fanno ovviamente parte di questo gruppo solamente i frutti che si sono dimostrati conservabili. La frutta e la verdura difficile da conservare può essere congelata, cotta o seccata. La stessa cosa vale per i frutti leggermente danneggiati e la verdura malata, che

implica sempre un pericolo di contagio. La conservazione non migliora la qualità della frutta. Solo poche specie continuano a maturare dopo il raccolto. L'aroma di determinate varietà di mele diventa ad es. più intenso. Per il resto la conservazione ritarda semplicemente il naturale processo di decomposizione. Durante la conservazione la frutta produce anidride carbonica. Questo gas non nuoce a mele e pere. I grandi distributori trattano addirittura questi frutti con l'anidride carbonica. Questo gas nuoce invece alle verdure. Induce in particolare le patate a germogliare. In linea di massima occorre pertanto conservare frutta e verdura separatamente o garantire una buona ventilazione. Nel frattempo hanno dato

buona prova per la conservazione anche i contenitori sintetici. Le mele possono ad es. essere preferibilmente avvolte in pellicole di polietilene. Qui rimangono fresche più a lungo che in scansioni ventilate. Nei sacchetti non deve tuttavia formarsi acqua di condensazione. Se necessario, di tanto in tanto devono essere aperti.

Proteggere le patate dal gelo

Questi tuberi provenienti dal Sud America non sopportano il caldo, il gelo e i raggi solari. Mentre le temperature troppo elevate provocano la prematura germogliazione, il freddo e i raggi solari causano la formazione di punti verdi contenenti la solanina, una sostanza velenosa.



La raccolta dell'uva richiede una scala possibilmente leggera e stabile. Una scala di alluminio è molto utile anche in molte altre occasioni.



I percorsi di trasporto lunghi non rappresentano alcun problema con una trasportatore per sacchi. Un modello stabile può trasportare anche quintali di frutta o verdura.



Un manico telescopico facilita il raccolto poiché non occorre arrampicarsi sull'albero. Simili ausili possono anche essere dotati di arnesi per il taglio.



Prima di essere utilizzati in cucina i cotogni devono essere ben maturi. Anche loro vanno conservati in cassette o cestini.



Per il trasporto della frutta viene utilizzata una carriola o un carretto. Per disporla a strati ci si può avvalere di cassette, cestini o sacchi.



Un grembiule da giardiniere dotato di una tasca sul ventre consente di salire più facilmente sulla scala poiché le mani rimangono libere.

Verdura da conservare (selezione)

Patate	in cassette di legno a circa 4 - 6° C e a un'umidità dell'aria di circa 90% o anche in sili sotterranei; solo le varietà tardive possono essere conservate, le patate novelle devono essere consumate rapidamente.
Finocchio	per alcune settimane ad un'elevata umidità dell'aria e al fresco
Indivia	per alcune settimane avvolta nella sabbia umida
Cicoria belga	avvolta nella sabbia umida con le radici
Cavolo cinese	avvolto nella sabbia umida con le radici, in un locale ben ventilato
Cavolo	può essere conservato a lungo in cassette di legno o anche in sili sotterranei
Cipolle	in un locale fresco e ventilato in cassette o intrecciate e appese
Porri	avvolti nella sabbia umida
Sedano rapa	avvolto nella sabbia umida non lavato o in sili sotterranei
Carote	avvolte nella sabbia umida non lavato o in sili sotterranei
Scorzonera	avvolta nella sabbia umida non lavato, in sili sotterranei o anche direttamente nelle aiuole del giardino
Rafano	avvolto nella sabbia umida non lavato, in sili sotterranei o anche direttamente nelle aiuole del giardino
Barbabietole, rapa	nella sabbia umida in cantina o in sili sotterranei
Zucca	può essere conservata per molti mesi in cassette o scansioni

La durata di conservazione si prolunga in modo decisivo se la temperatura rimane costantemente bassa, se è garantita una buona ventilazione e se la merce è disposta al buio. Occorre impedire il gelo.

Calendario dei periodi di maturazione Mele (selezione)

Varietà	Raccolta	Consumo*	Varietà	Raccolta	Consumo*
Boskoop	Ottobre	Da novembre ad aprile	Ingrid Marie	Settembre	Da ottobre a marzo
Brettacher	Ottobre	Da gennaio a giugno	Jakob Fischer	Settembre	Da settembre a novembre
Cox Orange Renette	Settembre	Da ottobre a marzo	James Grieve	Agosto	Da agosto a settembre
Elstar	Settembre	Da settembre a marzo	Jonagold	Ottobre	Da ottobre a maggio
Geheimrat Oldenburg	Settembre	Da settembre a novembre	Jonathan	Settembre	Da novembre a maggio
Gloster	Ottobre	Da dicembre a marzo	Kaiser Wilhelm	Ottobre	Da novembre a febbraio
Golden Delicious	Ottobre	Da ottobre a luglio	Klarapfel	Luglio	Da luglio ad agosto
Gravensteiner	Agosto	Agosto/settembre	Winterglockenapfel	Ottobre	Da gennaio a giugno
Idared	Ottobre	Da dicembre ad aprile	Winterrambur	Ottobre	Da dicembre a marzo

Calendario dei periodi di maturazione Pere (selezione)

Varietà	Raccolta	Consumo*	Varietà	Raccolta	Consumo*
Alexander Lucas	Settembre	Da ottobre a gennaio	Köstliche aus Charneu	Settembre	Da ottobre a febbraio
Boscs Flaschenbirne	Settembre	Da ottobre a febbraio	Madame Verté	Ottobre	Da dicembre ad aprile
Clapps Liebling	Agosto	Da agosto a settembre	Pastorenbirne	Settembre	Da ottobre a gennaio
Conference	Settembre	Da settembre ad aprile	Tongern	Settembre	Da settembre a gennaio
Frühe aus Trévoux	Agosto	Agosto	Triumph von Vienne	Settembre	Da settembre a ottobre
Gellerts Butterbirne	Settembre	Da settembre a novembre	Vereinsdechantsbirne	Settembre	Da settembre a gennaio
Gräfin von Paris	Ottobre	Da novembre a febbraio	Williams Christbirne	Agosto	Da agosto a ottobre
Gute Luise	Settembre	Da settembre a ottobre			

* Se conservate in condizioni ottimali