



## Halloween; Le zucche, fanno bene alla linea, usate per piatti e decorazioni



"Nel ponte di Halloween verranno consumate per decorare le case o per preparare piatti a base dell'ortaggio più grande del mondo. Buona e ricca di vitamina A. Fa bene alla linea e la sua polpa mescolata al miele è una buona maschera emolliente. Halloween incorona l'ortaggio più grande del mondo. Le zucche si svuotano per diventare maschere spaventose illuminate dalle candele o si cucinano, per colorare i piatti tipici di questo periodo". *Così il Portavoce della Consulta Nazionale dell'Agricoltura, componente del Dipartimento Nazionale Ambiente Agroalimentare Alimentazione Ristorazione e Turismo del MNS, Rosario Lopa e Alfredo Catapano del Dipartimento Commercio e PMI.* "Non tutti lo sanno ma la sua polpa mescolata al miele diventa una fantastica maschera emolliente. Alla faccia delle streghe! Si stima, che nella notte delle streghe, tra il 31 Ottobre ed il 1° Novembre, saranno consumate un milione di zucche per decorare le case o per preparare gustosi banchetti a tavola con piatti a base dell'ortaggio più grande del mondo. Una festa, quella di Halloween, tipica del Nord America, che è ormai diventata di grande attualità anche in Italia, dove la zucca rappresenta da tempo una realtà produttiva e gastronomica fortemente radicata sul territorio, i prezzi al dettaglio sono stabili rispetto allo scorso anno e variano attorno all'euro al chilo, con valori più alti per le zucche ornamentali e per quelle già tagliate da utilizzare in cucina nella preparazione di gustosi banchetti a base dell'ortaggio più grande del mondo che può arrivare ai 400 chili di peso. La zucca appartiene alla tradizione italiana e campana tanto che la produzione è la più alta a livello europeo. Le regioni maggiormente interessate sono l'Emilia - Romagna, la Lombardia, il Veneto e la Campania. La zucca incorona i piatti della tradizione gastronomica italiana in particolare del Mezzogiorno. Basti pensare alla pasta con la varietà napoletana della Campania, quella gialla con peperoni e aglio in Abruzzo, il macco in Sicilia, e ancora, il risotto, le minestre, il pane, il purè, le crostate, tutti rigorosamente preparate con questo simpatico ortaggio. Sono ricette antiche che le tradizioni gastronomiche italiane tramandano e che caratterizzano questo periodo dell'anno, ideali per festeggiare anche a tavola la magica notte di Halloween. La zucca rende più belli. E' un alimento, davvero salutistico. E' ricca di vitamina A, sali minerali (potassio, calcio e fosforo) e fibre, è consigliata per la prevenzione dei tumori e per un corretto equilibrio idrico dell'organismo e di tutte le mucose. La sua polpa mescolata al miele è una buona maschera emolliente, se si aggiungono anche i semi tritati si ricava una maschera purificante e rassodante. La sola polpa può essere usata come lenitivo per infiammazioni cutanee, per scottature superficiali, invece, utilizzare la buccia. Nella notte delle streghe la zucca diventa, un elemento decorativo, un'occasione per cimentarsi con la fantasia e dar vita a delle divertenti facce luminose, tipiche di questo giorno. Per farlo, occorre scegliere una bella zucca ben rotonda senza imperfezioni perché più liscia è la superficie, più facile è intagliarla. Poi con uno scalpello a forma di V, bisogna tracciare le linee sul volto della zucca e con un coltello da cucina ben affilato e non troppo flessibile scavare per intagliare i tratti del volto in modo da ricavare dei fori da dove fuoriesca la luce. Per inserire al suo interno una candela accesa è sufficiente scavare un buco sul fondo della zucca per ricavare una via d'entrata senza rovinare l'opera d'arte. Per chi volesse conservare a lungo il ricordo della magica notte delle streghe, conclude Lopa, deve una volta alla settimana passare sulla parte esterna un po' di olio vegetale con un panno morbido e lasciarla in un luogo fresco e asciutto. Successivamente ogni 4-5 giorni immergerla in acqua fresca. In caso di aria particolarmente secca, in casa, di notte è consigliabile coprire la zucca con un panno umido".

