

I frutti dimenticati - Le giuggiole

.....	<p>Molti cibi, che prima venivano consumati comunemente, col tempo sono stati abbandonati per lasciare spazio di mercato a prodotti più facili e meno costosi da riprodurre durante tutto l'anno.</p> <p>Di questa famiglia di dimenticati fanno parte le giuggiole.</p>
.....	<p>Il giuggiolo, il cui nome scientifico è <i>Ziziphus zizyphus</i>, è una pianta originaria della Siria. In Italia venne importato dagli antichi Romani.</p>
.....	<p>Il giuggiolo è una pianta alta fra i 5 e i 12 metri e presenta rami irregolari e spinosi. I suoi frutti assomigliano a prima vista alle olive e sono di colore bruno. Essi a maturità presentano una polpa soda e compatta, di colore verde chiaro, e ricordano le mele. La dolcezza del loro sapore aumenta con la maturazione. Le giuggiole si raccolgono da settembre a ottobre.</p>
.....	<p>Purtroppo è ben difficile procurarsi le giuggiole perché vengono coltivate in ambito familiare e comunque in zone molto ristrette.</p> <p>Il loro uso è vario e molteplice: le giuggiole, oltre che essere consumate al naturale, sia fresche di raccolta che seccate, possono essere usate per preparare marmellate, sciroppi, confetture, gelatine, canditi, dolci, bevande alcoliche e liquorose.</p>
.....	<p>Il loro valore, oltre a quello alimentare, è anche di origine medica: esse contengono sali minerali e soprattutto molta vitamina C e, grazie alle loro proprietà lenitive ed antinfiammatorie, le giuggiole vengono utilizzate per la preparazione di decotti emollienti, tanto che un tempo venivano adoperate per infusi contro la tosse.</p>
.....	<p>Molto famoso è il liquore chiamato "brodo di giuggiole". Il suo sapore è così dolce e buono da dare vita al modo di dire "essere in un brodo di giuggiole" che vuol dire essere felice e appagato.</p>

✳ *Inserisci, nella colonna a sinistra del testo, i seguenti titoli:*

- USO DEL FRUTTO
- ORIGINI STORICHE
- MODI DI DIRE
- DESCRIZIONE DEL FRUTTO E DELLA PIANTA
- PRESENTAZIONE
- PROPRIETÀ DEL FRUTTO

✳ *Riordina le fasi della ricetta, mettendo il numero progressivo.*

Brodo di giuggiole

...	<i>In un tegame mettete le giuggiole pulite e private di buccia e nocciolo, acqua a coprire, l'uva pulita privata di buccia e semi, le mele tagliate a pezzettini e private della buccia, lo zucchero e il vino.</i>
...	<i>Ingredienti:</i> <i>1 kg di giuggiole mature e passite</i> <i>400 gr di zucchero</i> <i>1 kg di uva bianca</i> <i>2 bicchieri di vino bianco</i> <i>3 mele cotogne</i> <i>scorza grattugiata di 1/2 limone, di 1/2 arancia e 1/2 mandarino</i> <i>acqua q.b.</i>
...	<i>Filtrate con un colino, mettete il composto nelle bottiglie tappandole ermeticamente che lascerete al fresco ed al buio per un mese prima di servire.</i>
...	<i>Fate cuocere fino ad ottenere un composto simile allo sciroppo.</i>
...	<i>Cuocete per circa 1 ora a fuoco dolce, mescolando sovente. Aggiungete la scorza di agrumi.</i>