

Il prodotto simbolo di Castelluccio di Norcia: la lenticchia IGP

Ricche di sapore e di valori nutrizionali, la loro fioritura che domina l'altipiano è uno degli spettacoli naturali più belli che si possano ammirare, prima che diventino protagoniste della tavola in inverno

di **GABRIELE MERLO**

Salendo da Norcia verso la piana di Castelluccio, in quel piccolo angolo di Umbria che s'insinua nelle Marche, si ha l'impressione di entrare in un altro mondo, un microcosmo contadino, dove il tempo sembra essersi fermato e l'uomo e la natura sono un tutt'uno. In questo universo sospeso tra i monti e il cielo cresce da secoli un legume che qui è il simbolo di un patto tra l'uomo e la terra, la Lenticchia di Castelluccio di Norcia IGP.

Originaria dell'Asia Minore, la lenticchia è una pianta che ha sempre accompagnato la storia dell'umanità, tanto da essere menzionata nel Libro della Genesi. Anche in Umbria la lenticchia può vantare una storia antichissima, sono infatti stati ritrovati dei semi di lenticchia nella zona di Castelluccio, in tombe neolitiche risalenti al 3000 a.C., che dimostrano la sua coltivazione sin dalle origini della civiltà agricola umbra.

La Lenticchia di Castelluccio di Norcia IGP si riferisce al seme secco degli ecotipi locali della specie leguminosa *Lens culinaris*. I semi appaiono molto piccoli, appiattiti e tondeggianti, dalla buccia fine e di colore variabile dal verde screziato al marroncino chiaro, con presenza anche di semi tigrati. La pianta della lenticchia è una leguminosa dal ciclo annuale con un'altezza che va dai 20 ai 40 centimetri, dagli steli e rami glabri, i fiori sono piccoli e di colore bianco con sfumature celeste, i baccelli contengono da uno a tre semi tondeggianti.





→
Pulitura delle lenticchie
a Castelluccio di Norcia

Le Cooperative e l'IGP

Ad oggi non esiste un Consorzio di Tutela che protegga, valorizzi e faccia conoscere la Lenticchia di Castelluccio di Norcia IGP; questo compito è affidato a due Cooperative e ad alcuni coltivatori privati non associati. Queste realtà coltivano, assieme alla lenticchia, altre varietà di legumi e cereali, come farro, roveja, cicercchia e orzo; il metodo di semina avviene nel pieno rispetto ambientale, e le tecniche di produzione si rifanno a quelle tradizionali.

Grazie alla tipicità territoriale del prodotto e agli antichi metodi di produzione, dapprima nel 1997 e poi definitivamente nel 1999, l'Unione Europea ha conferito alla Lenticchia di Castelluccio di Norcia il marchio IGP, che, con grande sforzo e passione, viene tutelato dalle Cooperative.

Nello e Nicholas Perla sono a capo di una delle due Cooperative, la Cooperativa Lenticchia di Castelluccio di Norcia, e ci confermano che: «Nel corso degli anni gli ettari investiti a lenticchie sono aumentati, ad oggi i soci della nostra cooperativa coltivano circa 100 ettari di lenticchie con una produzione complessiva di circa 650-700 quintali. I trend produttivi, sebbene legati alla stagionalità, auspicano una crescita della domanda di questo prodotto nei prossimi anni, soprattutto legata all'esportazione».

IL TERRITORIO

La zona di coltivazione della Lenticchia di Castelluccio di Norcia IGP è l'altopiano di Castelluccio che si estende per circa 20 chilometri quadrati di superficie e ricade, per la parte del Pian Grande e del Pian Piccolo, nel comune di Norcia in Umbria e, per la parte del Pian Perduto, nel comune di Castelsantangelo sul Nera nella regione Marche. Il territorio di produzione è situato ad un'altitudine media di 1400 metri sul livello del mare e giace interamente all'interno del Parco Nazionale dei Monti Sibillini.

L'altopiano di Castelluccio, chiamato anche Piani di Castelluccio, rappresenta il fondo di un lago prosciugatosi nell'era preistorica per il manifestarsi di fenomeni carsici, ed è circondato da diverse vette, tra le quali spicca la sagoma del Monte Vettore. I piani carsici sono costituiti da un terreno di tipo franco-argilloso, ricco di sostanza organica, adatto alla coltivazione della pianta della lenticchia.

La conformazione dell'altopiano accentua alcune caratteristiche del clima umbro, con inverni molto rigidi, innevamento continuo da fine novembre a marzo e gelate primaverili che si protraggono fino all'inizio di giugno, l'estate risulta solitamente molto calda con eccessi termici dovuti anche all'altitudine che aumenta l'incidenza delle radiazioni UV. Grazie a queste condizioni climatiche piuttosto rigide, la Lenticchia di Castelluccio di Norcia

IGP è l'unico legume che non ha bisogno di essere trattato per la conservazione perché non viene attaccata dal tonchio, insetto parassita le cui larve si nutrono dei legumi.

Dal punto di vista turistico, il periodo migliore per visitare questo suggestivo territorio è senz'altro la fine del mese di giugno, quando si festeggia la "Fiorita del Pian Grande". Nei giorni che precedono l'estate fino a metà luglio, i Piani di Castelluccio si colorano con i fiori che sbocciano e regalano un'esplosione di sfumature uniche e diverse di volta in volta: il giallo della senape e della colza, l'azzurro dei fiordalisi, dei ciclamini e delle genzianelle, il rosso dei papaveri e il bianco del fiore della lenticchia. La vivacità dei colori si fonde magicamente al verde del manto erboso, regalando agli spettatori uno scenario unico al mondo e difficile da descrivere a parole.

COLTIVAZIONE E PRODUZIONE

La tecnica culturale della Lenticchia di Castelluccio di Norcia IGP è quella tradizionale, in uso da centinaia di anni, che prevede siano effettuate operazioni di aratura ed erpicatura all'inizio della primavera, quando il manto nevoso si scioglie; la semina invece avviene dalla metà di marzo alla metà di maggio, a cui fa seguito il processo di rullatura dei campi per facilitare la germinazione. Da questo momento, fino alla raccolta, la lenticchia ha bisogno solo di pioggia.

Il periodo di maturazione della lenticchia termina con lo sfalcio o "carpitura", da fine luglio alla prima metà di agosto. Nel passato questa operazione veniva fatta totalmente a mano dalle "carpirine", paragonabili alle mondine delle risaie, oggi si è passati all'uso della falce e delle falciatrici elettriche.

Le piante falciate vengono lasciate a essiccare nel campo per alcuni giorni, raccolte in piccoli mucchietti disposti su file parallele. Quando le piante di lenticchia sono sufficientemente secche vengono portate con i trattori all'aria, una particolare zona del Pian Grande dedicata alla trebbiatura, dove sono raccolte in grandi mucchi e coperte con teli per proteggerle dalle piogge. Un tempo la trebbiatura veniva fatta manualmente attraverso le antiche operazioni di "trita" e "scamatura", oggi si preferisce la trebbiatura con la mietitrebbia o con la trebbia a cintone.

La successiva fase di pulitura o "conciatura", che ha lo scopo di togliere gli altri semi, la pula e le altre impurità dalla lenticchia, può essere fatta manualmente o attraverso appositi macchinari. L'ultima fase della lavorazione della lenticchia è quella del confezionamento che deve avvenire in sacchetti di juta e in confezioni di cartone o di plastica.

La produzione di Lenticchia di Castelluccio di Norcia IGP consentita per ettaro dal disciplinare è di massimo 800 chilogrammi.

IL TERREMOTO E LA LENTICCHIA

Lo sciame sismico del 2016 ha ridotto in macerie il paese di Castelluccio di Norcia ma i coltivatori e i produttori della Lenticchia di Castelluccio IGP non si sono mai fermati e, in tutti questi anni, hanno sempre garantito la presenza del tradizionale legume che accompagna le festività di fine anno.

Ancora oggi questo territorio mostra le evidenti cicatrici del terremoto. Castelluccio di Norcia è ancora parzialmente distrutto, inaccessibile, i paesi limitrofi spopolati, le piccole comunità rimaste costrette a vivere nei prefabbricati, eppure, anche se la vita è cambiata, rimangono e perdurano le tradizioni, il lavoro e la quotidianità. Chi vive in questi luoghi li ama profondamente e sente il dovere di preservarli e farli conoscere, cosicché, anche semplicemente gustando un piatto di lenticchie coltivate con fatica, chi è lontano da questo piccolo angolo verde e lo ha ammirato almeno una volta, si possa ricordare della sua sincera bellezza. ♦

ZUPPA DI LENTICCHIE ALLA CASTELLUCCIANA

Ricetta tratta dal sito: www.lenticchiaigpcastelluccio.it

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 350 grammi di Lenticchie di Castelluccio di Norcia IGP
- 1 costa di sedano
- 1 spicchio d'aglio
- Olio EVO
- Sale fino
- 8 mezze fette di pane tostato

PROCEDIMENTO

1. Mettere le lenticchie in una pentola, aggiunge acqua fredda quanto basta per coprirle bene, lo spicchio d'aglio e la costa di sedano tagliata a cubetti.
2. Portare a ebollizione a fiamma vivace, quindi abbassare la fiamma in modo che l'acqua bolla lentamente.
3. Dopo circa 30-40 minuti di bollitura aggiungere il sale e portare le lenticchie a fine cottura facendo rimanere un po' d'acqua; se dovesse servire, aggiungere altra acqua calda.
4. Mettere in una scodella due fette di pane tostato e versare la zuppa di lenticchie, attendere una decina di minuti, aggiungere un cucchiaino di olio EVO e servire.

ABBINAMENTO

Preparazione antichissima, semplice, verace, come gli abitanti di questo piccolo angolo verde tra Umbria e Marche. Non si tratta di un piatto particolarmente strutturato, ma è capace di riportare alla mente le tradizioni ancestrali legate a un prodotto e a un territorio. La notevole tendenza dolce delle lenticchie, la succulenza della zuppa, l'aromaticità del legume, del pane e dell'aglio, una punta di untuosità devono essere abbi-

nate con maestria da un vino che sia semplice, poiché la zuppa non possiede notevole struttura, ma non banale, dotato di freschezza, golosità, moderata alcolicità e di un delicato tannino.

La scelta per un perfetto matrimonio regionale tra questo piatto tradizionale e un vino territoriale, è ricaduta sul **Narni IGT Ciliegolo 05035 di Leonardo Bussoletti**. Un vino rosso capace di esprimere semplicemente la fresca dinamicità e la rusticità elegante del vitigno ciliegolo.

Il primo vino rosso creato in azienda porta il nome del codice d'avvicinamento postale del paese di Narni, è ottenuto da uve ciliegolo, provenienti da due vigneti coltivati in regime di agricoltura biologica a San Gemini, uno in località Colle Ozio, l'altro a Colle Pizzuto. I terreni, di tipo argilloso calcareo a medio impasto, si trovano a 230-290 metri sul livello del mare. La fermentazione avviene spontaneamente; dopo la svinatura il vino matura in acciaio inox sui suoi depositi fini per circa 6 mesi. Dopo l'imbottigliamento, il 05035 riposa in cantina per ulteriori 1-2 mesi.

Uno scintillante rosso porpora è il preludio che rivela l'identità di questo vino. Il bouquet olfattivo esprime nette percezioni di ciliegia e geranio. All'assaggio è slanciato, puntualmente fresco e dal sottile tannino, assolutamente coerente nel finale con quanto percepito all'olfatto. Diretto, scorrevole e di facile comprensione, le caratteristiche di cui necessità la Zuppa di lenticchie alla castellucciana per poter essere meritatamente accompagnata.

