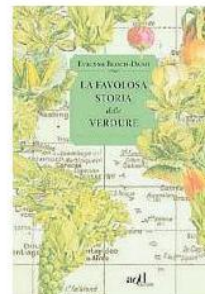


La favolosa storia della carota porpora

Poi in Giappone nel XVII. Secondo una tradizione, sarebbero stati gli olandesi a selezionarla attraverso vari incroci e a farla diventare arancione in onore di re Guglielmo d'Orange. Così è scritto in vari libri, tuttavia Evelyne Bloch-Dano, autrice di un recente volume, *La favolosa storia delle verdure* (add editore) sostiene che nel VI secolo a. C. gli agricoltori insediati in Palestina conoscevano già una versione rossa e una gialla, la prima più saporita e succosa. Rossa non è arancione. Ibn al-Awwam, l'agronomo che ne parla nel XIII secolo, non dice di che rosso si trattasse. Nello stesso periodo Pietro de' Crescenzi, scrittore e agronomo, parla di una purpurea rossa venduta a mazzi in Italia; sarebbe la carota, anche se c'è chi sostiene che invece erano barbabietole. Fatto sta che nel XVII secolo c'erano carote bianche, porpora e gialle. La moda della carota nera, la ragione per cui si trova ora anche in questo supermercato, è di origine medica, provo a spiegare alle bambine. La nera sarebbe ricca di antociani, che si trovano anche nei mirtilli e nel vino rosso: antiossidanti contro i radicali liberi; il tutto per combattere lo spaurachio della seconda metà del XX secolo e l'inizio del XXI: il cancro. Oggi si mangia per stare bene. Il mito salutista domina ovunque, dopo che negli anni Ottanta è stato il momento di quello dietetico. Sono strettamente parenti; ora più che la linea conta la lunghezza della vita. I botanici e gli agronomi parlano della carota arancione, la più recente, quella ricca di betacarotene, citata per la prima volta solo nel 1721. La carota gialla contiene luteina, utile per chi ha problemi agli occhi, mentre quella bianca è studiata per la prevenzione del tumore; la carota gialla è ricca di xantofilla, che aiuta a mantenere sotto controllo la pressione; e c'è anche la carota porpora. Negli anni Trenta in epoca staliniana un agronomo russo, Nikolaj Ivanovic Vavilov, perfezionando le piante coltivate dell'agricoltura sovietica, si reca in Afghanistan, paese d'origine della carota, e in Kashmir. Ne scopre di spontanee e ibride: radici carnose, poco ramificate e sfumature dal porpora al rosa e al giallo. La carota è senza dubbio una delle verdure più coltivate del mondo. Molto amata in Giappone e in Africa, per via delle fibre, degli zuccheri che contiene e per la provitamina del gruppo A, il carotene. Questo serve anche a intensificare l'abbronzatura, a fissarla, tuttavia bere troppi succhi di carota o frullati può fare male, com'è dimostrato. Evelyne Bloch-Dano ci rammenta che è data all'asino in alternanza con il bastone; e che in Francia si mangia durante la Quaresima e il venerdì santo. La carota è anche un simbolo fallico. Le bambine però mi ricordano che si usa per fare il naso del pupazzo di neve; purtroppo da noi non nevicava quasi più e piove anche poco, ragione per cui bisogna armarsi di innaffiatoio e andare nell'orto, se si vuole mangiarle tra poco.



VEGETALI

Nella foto grande, le purple carrot, arrivate dall'Afghanistan diversi secoli fa. Qui sopra, il libro "La favolosa storia delle verdure" di Evelyne Bloch-Dano (Add editore)