Settembre, tempo di noci. Vi porto nel noceto più grande d’Italia!

Eraclea… uno dei miei luoghi del cuore, una città di mare e di grandi vedute verdi in provincia di Venezia con cui da anni ho instaurato un forte legame. Un richiamo dettato non solo dalle mie origini. Di fatto, i profumi della sua grande pineta e la nostalgia delle mie lunghe passeggiate all’alba in riva al mare, mi riportano lì spesso, per vivere il territorio ripristinando i giusti equilibri. Semplice e naturale benessere, e un pizzico di poesia che fa bene all’anima. Ma la poesia si rompe facilmente! Sì, soprattutto quando riscontro che importanti realtà locali sono da molti ignorate. Non mi riferisco certo ai turisti, ma ad alcune persone attivamente coinvolte nelle economie dei comuni circostanti che snobbano e sottovalutano le potenzialità di questo luogo. Un inutile campanilismo che non fa bene al territorio. Eh sì, siamo alle solite…

La realtà a cui mi riferisco è quella di un noceto di oltre 140 ettari, la prima azienda privata produttrice di noci in Italia: ‘Cuor di Noce’ della Tenuta La Spiga di Eraclea. Un’oasi incontaminata di grande bellezza paesaggistica nata nei primi anni del ’900 condotta da Alessandro Gaggia, naturale erede della famiglia fondatrice. Un fiore all’occhiello della regione Veneto che negli ultimi decenni si è contraddistinta nella nocicoltura italiana con ben 757 ettari di impianti. Le varietà più diffuse sono la californiana Chandler e la francese Lara.

Alessandro Gaggia, nell’accompagnarmi in visita alla Tenuta, mi ha raccontato il lavoro di bonifica che nei primi anni del ‘900 ha permesso di recuperare ben 3.650 ettari di terra destinati all’agricoltura e all’allevamento. Fu il bisnonno Achille l’artefice di questa attività, che col passare del tempo si è trasformata in una fiorente azienda agricola specializzata nella coltivazione delle noci. Un fondo chiuso che tutela la natura e salvaguardia la flora e la fauna autoctona. Un ambiente davvero suggestivo in cui le pratiche agricole sostenibili e le tecniche innovative vanno di pari passo. Recentemente sono state disposte quaranta telecamere sugli alberi che insieme alle sonde nel terreno trasmettono dati per comprendere il fabbisogno idrico delle piante.

Ma ora parliamo di noci…

Il Noce – nome scientifico Juglans regia – è un albero maestoso e longevo di origini asiatiche. Il suo frutto, la noce, è contenuta nel mallo, parte esterna verde e carnosa che si apre a maturazione. La parte che noi tutti conosciamo è il gheriglio, il buonissimo seme del frutto dalle tante proprietà. Il Veneto produce il 30% del prodotto nazionale. Venezia – considerata la capitale della noce – produce un terzo della produzione veneta.

Raccolta : nel mese di Settembre è ormai tempo di raccolta! Ogni anno tra Settembre e Novembre, quando il mallo si scurisce e tende a rompersi, si procede alla raccolta delle noci che poi vanno essiccate su graticci all'aria aperta.

Proprietà : le noci sono grandi alleate del benessere del nostro organismo per le loro proprietà nutrizionali benefiche. Sono ricche di vitamine, antiossidanti, omega 3 e sali

minerali. Il loro consumo regolare previene le malattie cardiovascolari e aiuta ad abbassare i valori del colesterolo ‘cattivo’. Sono energetiche e contrastano l’ipertensione arteriosa.

Consumo giornaliero : tre noci al giorno e levi il medico di torno! Essendo molto caloriche però non bisogna esagerare. Tre noci al giorno, pari a circa 15 grammi, comportano 100 kilocalorie.

Conservazione : le noci non amano il caldo né l’umidità, quindi vanno conservate in un luogo fresco, asciutto e lontano da fonti di calore.

Con il guscio o senza? Col guscio direi che è tutta un’altra storia! Si ha una maggiore garanzia di conservazione e di qualità, evitando così rischi di ossidazione e di contaminazione di muffe.

Una curiosità: i gusci di noce macinati e ridotti in polvere vengono utilizzati nel settore del restauro per sabbiature delicate su dipinti e opere lignee.

E in cucina… Io con le noci ho fatto il pesto!

Semplice da preparare e buonissimo per condire la pasta. Si ottiene frullando 50 grammi di basilico lavato e asciugato su un canovaccio, unito a due spicchi d’aglio, 6 gherigli di noci e un pizzico di sale grosso.

Successivamente aggiungere 100 ml di buon olio extra vergine di oliva, 5 cucchiai di parmigiano reggiano grattugiato e 2 di pecorino. Frullare il tutto fino ad ottenere un composto omogeneo da conservare in frigorifero. Una vera delizia di sapori e di profumi!

Tenuta La Spiga – Cuor di Noce www.cuordinoce.it

Via Sette Casoni, 4 loc. Torre di Fine – Eraclea (VE)