Un’alba di fine estate alla Riserva San Massimo

Reportage fotografico di un’alba vissuta alla Riserva San Massimo – Gropello Cairoli (PV)

Il 30 Giugno 2014, dopo aver pubblicato un’intervista a Dino Massignani, Direttore dell’Azienda Agricola Faunistica Riserva San Massimo a Gropello Cairoli (PV), mi sono recata li di persona per conoscere questa realtà. Durante la mia visita ho molto apprezzato l’attenzione nelle pratiche agricole per il rispetto e la conservazione del biosistema esistente. La sua preservazione è fondamentale per l’ambiente, per l’agricoltura e per la nostra salute.

E’ questo il motivo che mi ha spinto, a distanza di un anno, a riviverla nuovamente, questa volta però a modo mio: all’alba e da sola, anche se in realtà da sola non lo ero affatto. Per godermi nella pienezza tutti i suoni della Riserva, sono stata spesso costretta a fermarmi, perché lo stesso rumori dei miei passi alterava la loro percezione integra.

Se avrete occasione di visitarla, potrete vedere molte zone d’acqua, habitat essenziali per la sopravvivenza di numerose forme di vita. Ambienti naturali importanti non solo per organismi acquatici e piante, ma anche come aree di sosta per far trascorrere la stagione invernale in luoghi con un clima mite a molti uccelli migratori (svernamento). Nella Riserva ci sono varie specie animali. Mi piace osservarli, ma liberi, nella loro naturalezza…

Per non disturbarli con la mia presenza, sono salita su una

vedetta ben nascosta tra gli alberi. Sono stata li a lungo, ma nulla… Una volta scesa, dopo qualche passo, d'incanto mi sono trovata a poca distanza da un giovane daino. Siamo rimasti così, per quasi un minuto, fissandoci, immobili, con emozioni diverse, ma pur sempre emozioni. Sono felice di aver fatto il mio piccolo Safari nella Riserva, da sola, senza rumori, solo con il cuore che batteva forte…

Riserva San Massimo

La Riserva San Massimo è situata nel Parco Lombardo della Valle del Ticino. Una vasta superfice boschiva naturale tra fauna, rogge, paludi, campi agricoli e risaie. Una Riserva di protezione speciale per la salvaguardia di diverse specie animali e vegetali, protette dall'Unione Mondiale per la Conservazione della Natura delle specie minacciate.

Azienda Agricola San Massimo
Loc. San Massimo – Gropello Cairoli (PV)

Lo sapevate che il riso…

La prima volta che mi sono avvicinata alla risicoltura è stata in occasione della visita fatta alla Tenuta Colombara, sede della produzione del riso gemmato Acquerello. Mi era stata segnalata da un amico per la particolarità del suo riso a cui viene reintegrata la propria gemma, ricca di vitamine e preziose sostanze nutritive abitualmente scartate.

Da li che è partita la mia conoscenza. Come dico spesso visitare le aziende agricole è grande esperienza che ci rende più consapevoli nella scelta degli cibi da selezionare per la nostra alimentazione.

Detto questo lo sapevate che…

- L'Italia è il primo paese in Europa per la produzione di riso. Nonostante questo, il consumo medio pro capite annuale è di circa cinque chilogrammi di riso a testa. Per molti il riso va consumato soprattutto quando non si sta bene. Non è così!
- Pensate che nel mondo lo mangiano 'una persona su due' perché è un cereale ricco di carboidrati, sali minerali, vitamine e proteine vegetali. Fornisce le stesse calorie della pasta ma è molto più digeribile. Ha pochissimi grassi: '100 grammi forniscono 350 chilocalorie'.
- Il riso crudo non deve essere mai lavato, questo per non perdere parte dei sali minerali e delle vitamine. Oltretutto l'acqua infiltrandosi nel chicco favorirebbe lo sfaldamento durante la cottura.
- Il modo migliore per consumare il riso senza perdere le sue proprietà è la cottura a vapore. Il riso infatti durante la cottura in acqua perde parte delle vitamine B1 e PP, a differenza del riso integrale che, grazie alla cuticola, conserva più vitamine del gruppo B.
- Si può combattere la cellulite anche col riso integrale. Perché? Semplice, perché contiene poche proteine, poco sale, pochi zuccheri e svolge un'azione diuretica. Tanta energia mantenendosi in linea!
- L'Italia è il primo produttore di riso della Comunità; il 90% viene prodotto tra Piemonte e Lombardia. Pensate che per produrre un chilo di riso sono necessari dai 3.000 ai

10.000 litri di acqua! In Italia lo si classifica in quattro gruppi: comune o originario, semifino, fine e superfino.

- Il merito dello sviluppo della risicoltura in Lombardia è anche di Leonardo Da Vinci che, verso la fine del ‘400, fu incaricato da Ludovico il Moro di disegnare i nuovi canali e i congegni idraulici per il progetto di riordino delle acque della Lomellina. Funzionanti a tutt’oggi hanno dato nuovo impulso alla risicoltura e alla agricoltura della pianura padana.
- Nel mondo esistono oltre 120.000 varietà di riso conservate nelle banche del germoplasma. In Italia la più fornita è a Castello d’Agogna nel Pavese, nel Centro ricerche dell’Ente Risi.

Personalmente amo molto i risotti… con i funghi, con la zucca, con la trevigiana, con il gorgonzola, persino con le ortiche e con le fragole! Forse sarà per questa sua versatilità che potrei mangiarlo sia per pranzo che per cena!

> *Per finire Confucio diceva: “Se vedi un affamato non dargli del riso, ma insegnagli a coltivarlo”*
>
> Fonte: Ente Nazionale Risi – Paolo Viana giornalista specializzato nel settore agroalimentare