

# AGLIO ROSSO DI NUBIA



## ORIGINE E DIFFUSIONE GEOGRAFICA

Il nome deriva da Nubia, piccola frazione di Paceco (Tp), che da sempre fonda la sua economia sulle saline e sulla coltivazione dell'aglio rosso, tanto da far acquisire a Nubia la denominazione dialettale di "u paisi di l'agghi" cioè il paese dell'aglio. L'area di produzione comprende il comune di Paceco, parte del comune di Trapani, Erice, la zona settentrionale di Marsala e Salemi: in tutto circa 90 ettari. Ma attualmente se ne coltivano circa 15, generalmente in asciutta, in terreni scuri e argillosi e in rotazione con il melone, le fave e il grano duro.

## PRODUZIONE e STAGIONALITA'

Tale coltivazione viene ancora oggi praticata con metodi tradizionali che si sono perpetuati nel tempo che vanno dall'attenta selezione dei bulbilli, alla tecnica di coltivazione rispettosa dell'ambiente, all'impianto e raccolta manuale fino alla fase di asciugatura e intrecciatura.

L'aglio Rosso di Nubia ha un bulbo costituito mediamente da dodici bulbilli, le tuniche esterne bianche e quelle interne di colore rosso vivo. Secondo la tradizione viene confezionato in trecce molto grandi (di cento teste ciascuna) e appeso ai balconi oppure sistemato in cantine o magazzini. A seconda del diametro del bulbo, la trizza si chiama cucchia rossa (50 mm), corrente (40 mm), cucchisedda (30 mm) o mazzunedda (20-25 mm).

Da qualche anno, per andare incontro alle esigenze del mercato, si producono trizze con una sola treccia e un numero inferiore di bulbi (da 10 a 50).

Si semina tra novembre e dicembre (a volte anche in gennaio) e si raccoglie fresco nel mese di maggio, oppure a giugno, essiccato in parte sui campi. La raccolta va effettuata la sera - nelle giornate più calde occorre attendere addirittura il calare della notte - perché le foglie, essendo più umide, consentono il lavoro manuale di intreccio dei bulbi.

## CARATTERISTICHE ORGANOLETTICHE

Il sapore dell'aglio Rosso di Nubia è particolarmente intenso, grazie al suo contenuto di allicina.

## EFFETTI SALUTISTICI

L'aglio contrasta lo sviluppo di alcuni batteri, aiuta a prevenire numerose forme infettive, perché stimola il sistema immunitario. Inoltre, l'aglio previene le malattie cardiovascolari, regola la pressione arteriosa e contribuisce ad abbassare il tasso di colesterolo nel sangue.

È un anticoagulante: l'allicina, uno dei principi attivi più importanti contenuti nell'aglio, contrasta, riducendola, l'aggregazione piastrinica, cioè la tendenza e la capacità delle piastrine di aggregarsi formando pericolosi coaguli nel circolo sanguigno. Tra le proprietà medicamentose dell'aglio c'è la sua capacità di favorire la vasodilatazione. In questo modo, è in grado di garantire un'azione ipotensiva, di prevenzione dell'ipertensione, tenendo sotto controllo la pressione sanguigna. Benefica la capacità dell'aglio di contenere l'azione, ma soprattutto, l'accumulo all'interno dei vasi sanguigni, del colesterolo cattivo, nemico "numero 1" della salute cardiovascolare. L'aglio è l'alleato ideale contro batteri, virus, parassiti e funghi: è un antibiotico naturale, antisettico, antibatterico e immunostimolante, cioè capace di rafforzare le difese immunitarie dell'organismo.

È un vero concentrato di benefici per l'organismo: grazie alla sua azione antiossidante, l'aglio è in grado di contrastare il processo di invecchiamento a carico dei tessuti. Grazie alle sue proprietà antinfiammatorie e antisettiche, l'aglio si conferma un ottimo rimedio fitoterapico per combattere molti malanni di stagione, come, in particolare, le infezioni delle prime vie aeree, tipiche dei disturbi da raffreddamento. Esercita anche una notevole attività antispastica, utile per prevenire spasmi muscolari e dolori addominali.

## L'ALIMENTO IN CUCINA

Nella cucina trapanese è ingrediente cardine di alcune delle preparazioni tipiche più importanti.

In primo luogo la pasta con il pesto alla trapanese (a base di aglio pestato, basilico, mandorle, pomodoro, olio extravergine, sale e pepe), piatto povero che, in dialetto, si chiama appunto pasta cull'agghia, cioè all'aglio. E quindi il celebre cuscus di pesce.

