

# ARANCIA BIONDA DI SCILLATO



## ORIGINE E DIFFUSIONE GEOGRAFICA

Gli agrumi in Italia ed in particolare in Sicilia sono presenti da quasi 2000 anni, tanto che lo stesso Virgilio nel secolo d.C. nelle Georgiche ne descrisse i caratteri, mentre la massiccia introduzione si realizzò nel X secolo e nel XII secolo d.C. ad opera degli arabi con particolare riferimento all'arancio e al limone. Merito di Cristoforo Colombo e degli spagnoli fu quello di diffondere le diverse specie di agrumi nelle Americhe tra la fine del 1400 e gli inizi del 1500. Localmente questo tipo di arancio è conosciuto con l'appellativo di "Brasiliano", nome che ne denota l'origine. È noto, infatti, che le prime piantine di Navel o "Brasiliano" giunsero a Ribera negli anni Trenta a seguito dell'introduzione di piante provenienti dal Brasile che alcuni agricoltori riberesi avevano acquistato a Palermo. Scillato è un piccolo paese collinare situato ai piedi del versante sud-occidentale del complesso Madonita della provincia di Palermo. A Scillato si produce questa varietà d'arancia dal colore "biondo". Si tratta di un tipo d'arancia "ombelicata" dove si distinguono le cvs.: Washington Navel, Narelina e Navelate. Queste varietà trovano le condizioni ideali in questa zona collinare. Infatti, a differenza degli aranceti situati in aree pianeggianti de "La Conca d'oro", nel territorio collinare di Scillato, il frutto può ritardare la maturazione, che si celebra in epoca tardiva (aprile) e cioè in un momento di mercato favorevole.

## PRODUZIONE e STAGIONALITA'

La coltivazione dell'arancia bionda di Scillato avviene in aranceti tradizionali dell'area pedemontana palermitana innestato su arancio selvatico nel periodo aprile/maggio; irrigazione maggio/ottobre con acqua delle sorgenti Agnello e Gulfone; maturazione e raccolta marzo/aprile.

## CARATTERISTICHE ORGANOLETTICHE

Frutto a forma sferica o leggermente ovale, buccia sottile, colore arancione pallido, polpa chiara, presenza di semi

## EFFETTI SALUTISTICI

Le arance rappresentano una importante fonte di vitamine: soprattutto la C e la A, ma anche quelle del gruppo B, (in particolare tiamina, riboflavina e niacina). Inoltre vantano anche un elevato contenuto di bioflavonoidi, sostanze che assieme alla vitamina C, sono molto importanti soprattutto per la ricostituzione del collagene del tessuto connettivo, contribuendo alla prevenzione della fragilità capillare e migliorando in generale il flusso venoso. Le arance "rosse" sono molto ricche di antocianine in grado di contrastare con successo, gli stati infiammatori. La vitamina C contenuta nell'arancia presenta proprietà antianemiche poiché favorisce l'assorbimento del ferro. La parte bianca della polpa contiene molte fibre che aiutano a regolare l'assorbimento dei grassi, zuccheri e proteine, favorendo di conseguenza il transito intestinale.

Il succo d'arancia è una soluzione acquosa acida (pH 3,5) contenente essenzialmente zuccheri (glucosio, fruttosio e saccarosio) e acidi organici (citrico e malico). Sono inoltre presenti, in piccole quantità, moltissime altre sostanze per un ammontare complessivo di circa 450 composti differenti. Uno dei fattori caratterizzanti del valore nutrizionale dell'arancia è da ascrivere all'elevato contenuto di vitamina C che in media oscilla intorno a 50 mg per 100 centimetri cubici di succo. Due arance di media grandezza assicurano il fabbisogno quotidiano di questa vitamina indispensabile per proteggere il nostro organismo dalle malattie infettive. Ciò che distingue le arance siciliane (a pigmentazione rossa) è l'elevata quantità di antocianine, ossia la sostanza che conferisce al frutto il tipico colore rosso, in grado di esercitare una energica azione anti-ossidante nel corpo umano. Le antocianine (dal greco anthos, fiore e kianos, blu) sono dei pigmenti ampiamente diffusi nel mondo vegetale e dotati di numerose attività biologiche e di un'elevata capacità antiossidante. Chimicamente sono dei glucosidi, i cui agliconi, detti antocianidine, derivano dalla struttura del catione 2-fenilbenzopirilio (flavilio). Queste sostanze si comportano come "scavenger" dei radicali liberi che sono prodotti durante il metabolismo ossidativo cellulare, e che possono diventare estremamente pericolose nei casi di accumulo perché interagiscono con i lipidi delle membrane cellulari, con le proteine e con il DNA, danneggiandoli in modo irreversibile.

E' utile introdurre le arance nella propria alimentazione perché hanno proprietà dietetiche, cosmetiche e curative, soprattutto grazie al loro contenuto in Vitamina C (che ha funzione antiscorbutica e antinfluenzale). In particolare essa svolge un'azione antiartritica, disintossicante, digestiva, protettiva dei vasi sanguigni, antiemorragica e diuretica; alcuni studi suggeriscono, inoltre, una possibile attività antitumorale. La supplementazione a breve termine della dieta con un estratto di arance rosse è risultato in grado di migliorare le difese antiossidanti di alcune categorie di soggetti con capacità antiossidanti compromesse come soggetti sottoposti a forte stress ossidativo, come fumatori e diabetici. L'arancia viene utilizzata in svariati settori. Il settore cosmetico utilizza la scorza per le proprietà antirughe e avvizzimento della pelle, oltre che per il profumo. Il settore farmacologico ne sfrutta le capacità digestive, acidanti e anti-ossidanti.

I polifenoli maggiormente presenti in tutte e quattro le varietà sono la crisina (varia da un minimo di 7,23 ng/ul nel Tarocco Comune a un massimo di 22,63 ng/ul nel Tarocco Nucellare), la pinociambrina (min 5,83ng/ul nel Tarocco Comune e max 53,03 ng/ul nel Tarocco Nucellare) e la galangina (min 4,76ng/ul nel Tarocco Gallo e max 28,35 ng/ul nel

Tarocco Nucleare). Notevole inoltre è la concentrazione di Glicoside\_trans\_Resveratrolo nel Tarocco Nucleare (con valori massimi di 16,21 ng/ul nell'albedo) e del kaempferolo nel Tarocco Comune (circa 3,92 ng/ul nel succo).

## L'ALIMENTO IN CUCINA

La bionda di Scillato è molto utilizzata in cucina e in pasticceria. Il succo d'arancia condisce le "sarde a beccafico, tipico piatto Palermitano, le carni in genere e la cacciagione e gli spicchi per insalate di aringhe e arance. Per quanto riguarda la pasticceria l'arancia è utilizzata per la "cassata siciliana", le scorzette per insaporire cannoli e la scorza grattugiata aromatizza dolci, creme, gelati e diversi liquori italiani (es. Rosolio) e stranieri.

