

PEPERONCINI:

disponibili da aprile ad agosto

Il peperoncino (*Capsicum annum*) è un genere di piante della famiglia delle Solanacee, originario delle Americhe, attualmente viene coltivato in tutto il mondo. Oltre al noto peperone il genere comprende varie specie di peperoncini piccanti, ornamentali e dolci. Secondo alcuni il nome latino "Capsicum" deriva da "capsa", che significa scatola, e deve il nome alla particolare forma del frutto (una bacca) che ricorda proprio una scatola con dentro i semi. Altri invece lo fanno derivare dal greco kopto che significa mordere, con evidente riferimento al piccante che "morde" la lingua quando si mangia. In Europa il peperoncino giunse grazie a Cristoforo Colombo che lo portò dalle Americhe col suo secondo viaggio, nel 1493. Poiché Colombo sbarcò in un'isola caraibica, molto probabilmente la specie da lui incontrata fu il *Capsicum chinense*, delle varietà Habanero, le più diffuse in quelle isole. Il *Capsicum annum* è un arbusto perenne a vita breve che, in condizioni di clima sfavorevole, viene coltivato come annuale. Le piante si presentano sotto forma di cespuglio alti da 40 a 80 cm (a seconda della specie) con foglie di colore verde chiaro. I fiori hanno la corolla bianca avente da 5 a 7 petali con stami giallo tenue. Tutte le specie possono essere coltivate in Italia, anche in balcone, i frutti si possono raccogliere dalla tarda primavera a tutta l'estate e in autunno. Questi andrebbero usati subito dopo la raccolta affinché non perdano le loro proprietà, ma si possono conservare anche sott'olio o in polvere (dopo averli fatti seccare al sole), oppure congelandoli. La sostanza che produce la sensazione di bruciore al palato o piccantezza è un alcaloide detto "capsaicina". Nelle specie piccanti, la capsaicina si concentra nella parte superiore della capsula, dove ci sono ghiandole che la producono, diffondendosi poi su tutto il frutto. Al contrario di quanto si crede comunemente, non sono i semi, ma la membrana interna, la placenta, che contiene la maggior parte di capsaicina. Le 5 specie domestiche, fin dai tempi più antichi, di peperoncino sono:

Capsicum annum: probabilmente la più coltivata, comprendente le varietà più diffuse: i peperoni dolci, il peperoncino comune in Italia, il peperoncino di Cayenna, e il messicano jalapeño

Capsicum baccatum: tipico della Bolivia e di piccantezza media

Capsicum chinense: originario dell'amazonia tale qualità include gli "habanero" (rimasti per molto tempo nel Guinness dei primati come il peperoncino più piccante al mondo) e i suoi successori come gli "scorpion red e yellow" o il "carolina reaper" di gran lunga più piccanti toccando i 2000000 di gradi Scoville.

Capsicum frutescens: che include tra gli altri il tabasco

Capsicum pubescens: le varietà più resistenti al freddo.

EFFETTI BENEFICI:

Alcuni composti del peperoncino, tra cui i flavonoidi e capsaicinoidi, hanno un effetto antibatterico, infatti i cibi cotti col peperoncino possono essere conservati relativamente a lungo. I peperoncini sono ricchi di vitamina C e si ritiene abbiano molti effetti benefici sulla salute umana, purché usati con moderazione ed in assenza di problemi gastrointestinali. Il peperoncino ha un forte potere antiossidante, e questo gli è valso la fama di antitumorale, inoltre, si è dimostrato utile nella cura di malattie da raffreddamento e nel favorire la digestione. Queste virtù sono dovute principalmente alla capsaicina, in grado di aumentare la secrezione di muco e succhi gastrici.

LA COLTIVAZIONE IN VASO:

I peperoncini orto di casa mia sono disponibili su vaso da 14-20 cm di diametro e altrettanti di profondità e possono essere utilizzati direttamente per la coltivazione. Se invece volete rinvasare su un vaso più grande procedete in questo modo: fare uno strato di ghiaia sul fondo, per agevolare il drenaggio, quindi riempire il vaso fino al bordo con terriccio di buona qualità possibilmente mescolato con un po' di sabbia.

Contemporaneamente distribuite un po' di concime ternario NPK con microelementi (circa 1 cucchiaino) e impastatelo con il terriccio; quindi mettere a dimora la piantina bagnando preventivamente il cubetto.

Dopo il rinvaso pressare con cura il terreno vicino alle radici per farlo aderire meglio e posizionate il vaso in un luogo luminoso, per sfruttare al meglio l'irraggiamento diretto del sole.

Una volta terminato il trapianto possiamo procedere con l'irrigazione bagnando uniformemente il terriccio.

L'irrigazione deve essere ripetuta solo quando il terreno in superficie è ben asciutto, per evitare ristagni idrici.

Quando la pianta raggiunge i 35- 40 cm di altezza predisporre un tutore e fissarlo alla pianta.

COLTIVAZIONE NELL'ORTO:

PREPARAZIONE DEL TERRENO:

La pianta di peperoncino richiede un suolo drenante moderatamente sabbioso, molto ricco di sostanza organica. Per questo motivo è bene ricordarsi di concimarlo generosamente prima di piantare, impiegando compost o letame maturo. Vangare il terreno in profondità 10-15 giorni prima del trapianto e poi affinare.

TRAPIANTO:

Distanziare le piantine 40 cm tra le file, 25 cm sulla fila; nel caso di semina sparsa non superare le 12 piante/mc; il sesto d'impianto comunque dipende dalla varietà scelta, aumentare la distanza se si tratta di piante che tendono a svilupparsi molto, come il classico tabasco, oppure diminuite per varietà a sviluppo più contenuto, come il fuoco della prateria.

IRRIGAZIONE:

In generale le piante di peperoncino hanno bisogno di acqua solo al bisogno. Non eccedere con l'acqua, in particolare durante la maturazione, e cercare di mantenere il suolo umido senza bagnare le foglie.

CONCIMAZIONI:

Come detto a proposito della preparazione del terreno una buona concimazione organica con letame maturo o pellet prima del trapianto è molto importante. In coltivazione non eccedere con le concimazioni azotate e distribuire solo piccole quantità di fino all'allegagione. Un eccesso di azoto favorisce l'attacco di afidi e può creare deformazioni fogliari.

POTATURA:

Il concetto di potatura nel peperoncino è molto ampio, dipende dalle varietà coltivate e addirittura può cambiare da pianta a pianta. Nel nostro caso per potatura intendiamo una pulizia (rimozione di rami malati, secchi o danneggiati) e un alleggerimento del carico di rami per bilanciare la pianta, eliminando i rami più esterni e sotto il primo nodo di biforcazione. Con queste operazioni garantiamo alla pianta una vegetazione equilibrata una buona illuminazione e circolazione dell'aria, utile per uno sviluppo regolare e a prevenire malattie.

RACCOLTA:

La raccolta del peperoncino si può fare allo stato fresco durante tutta la coltivazione oppure si può far seccare sulla pianta a fine ciclo per la conservazione. Per la raccolta del prodotto fresco possiamo basarci sul colore della buccia che deve essere tutto in tinta uniforme, il colore dipende dalle varietà coltivate.

CONSIGLI DELL'ESPERTO:

Per i più coraggiosi potete limitare al minimo l'irrigazione durante la raccolta questo farà aumentare la concentrazione di capsaicina e si ottiene un prodotto più piccante.

Evitate di coltivare peperoncini per più anni di seguito su uno stesso terreno perché sfruttano molto il suolo.