



PSR Campania 2014-2020 - Sottomisura 10.2.1 RGV – Progetto “ABC”, CUP B24I19000380009



Farro Spelta



Areale di coltivazione

Aree interne della Regione Campania.

Notizie storiche

Il Farro spelta ha origini molto antiche, che risalgono a circa 8 mila anni fa, ed è considerato l'antenato del grano. Se ne parla già nella Bibbia e gli Antichi Romani lo distribuivano alla plebe nei momenti di carestia, per il suo alto valore nutrizionale e il forte senso di sazietà che dà. Veniva coltivato in Asia e in Africa e per lungo tempo anche in Europa, in particolare in Germania e Francia.

Descrizione

Pianta erbacea appartenente alla famiglia delle *Poaceae*, genere *Triticum*, specie *spelta*. La sua coltivazione è decisamente meno diffusa rispetto a quella degli alti farri ed è poco diffusa anche in Italia. Povero di grassi ma ricco di vitamine e sali minerali, la varietà di farro spelta sazia senza essere calorico. Produce chicchi molto farinosi, adatti alla produzione di farina che ha un sapore intenso e un colore scuro. Una sua caratteristica è la cuticola esterna (glumella) molto dura e aderente al chicco. I chicchi sono piccoli, lunghi e di colore marrone chiaro.

Tecniche di coltivazione

L'epoca di semina è principalmente quella autunnale in Italia Meridionale, con l'epoca ottimale che va dalla terza decade di novembre fino alla prima decade di dicembre. La semina viene fatta a file con una distanza di circa 12 cm tra le file oppure a spaglio. La raccolta viene fatta a partire dalla fine della prima metà di luglio e fino a metà agosto, a seconda delle aree di coltivazione.

Consumo del prodotto

La farina viene impiegata nella preparazione di biscotti, del pane rustico e della birra.

