



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



## Cavolo Broccolo dell’Olio



### Areale di coltivazione

Il Broccolo dell’Olio è una varietà di ortaggi di cui si erano perse le tracce da diversi decenni, tradizionalmente diffusa nell’agro nocerino-sarnese. Sembra che il motivo del suo nome derivi dall’utilizzo di abbondante olio per la sua cottura, in quanto tradizionalmente vengono soffritti in abbondante olio, con l’aggiunta di aglio e peperoncino per esaltarne il sapore: un cavolo molto antico dal sapore intenso e deciso che stava per scomparire dalle nostre tavole.

### Descrizione della pianta

Appartiene alla specie *Brassica oleracea* convr. *botrytis* var. *cimosa*, famiglia delle *Brassicaceae* o *Crucifere*. La pianta è erbacea e raggiunge ordinariamente un'altezza di 50 cm; la coltura è a ciclo annuale. Presenta una foglia dalla caratteristica forma "lirata" di colore verde olivastro; i fiori di colore giallo sono raccolti in infiorescenze (corimbi).

### Tecniche di coltivazione

Il Broccolo dell’olio viene trapiantato da agosto alla metà di settembre; la raccolta, eseguita manualmente in più riprese, ricade nel periodo gennaio-aprile, ed è effettuata riunendo in mazzetti foglie e steli teneri. La densità colturale è di 2-3 piante per metro quadrato e la distanza tra le file è di circa 90 cm. Di questo ortaggio invernale si utilizzano comunemente le foglie, le parti tenere del fusto e le infiorescenze, prelevate in più fasi grazie all'attitudine a "ricacciare" dopo la raccolta. Viene coltivata senza l'ausilio dell'irrigazione e senza tutori.

### Consumo del prodotto

I germogli vengono saltati in padella con aglio, olio e peperoncino come da tradizione locale; nelle famiglie contadine venivano tipicamente consumati con pane raffermo. Si può conservare e consumare in olio extravergine di oliva come guarnizione ad una semplice bruschetta, insieme ad un piatto di carne arrosto o in umido, o anche su pizze e focacce o in zuppe con altri ortaggi.

