

Carta d'identità

Ceratonia siliqua L.

Famiglia: Fabaceae

Etimologia: Il nome del genere si fa derivare dal greco *kéras*, col significato di corno, e *téino*, protendo, per via della vaga rassomiglianza del frutto, mentre *siliqua* era il nome della carruba per i latini.

Nomi comuni in Italiano: Il nome comune italiano è carrubo per la pianta e carrube per i frutti, con le varianti delle declinazioni dialettali originanti dalla stessa radice, il siciliano antico *carobba*, dall'arabo *karrub*.

Il carrubo

È pianta caratteristica del Mediterraneo centro-orientale che caratterizza una area di vegetazione subtropicale. In Italia è presente spontanea nelle regioni tirreniche meridionale e in particolar modo in Sicilia, anche se si spinge più a Nord sulle coste. Persistono ancora aree di coltivazione, tipiche anche di altri paesi mediterranei.

Specie arborea rustica e vigorosa a ciclo biennale, tipica per i suoi frutti, preferisce i terreni permeabili, calcarei e freschi, non troppo lontani dalle coste, e in particolare le macchie termofile, dal piano fino alle prime colline.

È un bell'albero sempreverde, dall'apparato radicale possente e alto anche fino a dieci metri, con rami espansi in una bella chioma e foglie coriacee e lucenti, paripennate, con elementi obovati.

I tipici fiori, che spuntano alla fine dell'estate, di color porpora e riuniti in grappoli, sono attaccati direttamente al tronco e poco appariscenti. Il frutto che

matura in tarda estate - le carrube - è il legume robusto che si può anche osservare spesso nei mercati e nelle fiere. A maturità ogni pianta può portare 4 q di carrube e anche di più.

L'uso del carrubo

La pianta è nota dall'antichità per i suoi usi alimentari, ampiamente utilizzata in passato dalle popolazioni del Nord Africa e non solo in tempi di carestia, anche se oggi entra in molti alimenti che consumiamo a nostra insaputa.

Si suole attribuire l'introduzione del carrubo in Sicilia ai Fenici e diverse tracce di carrube sono state trovate nelle case di Pompei, ma è probabile l'origine orientale, inizialmente come foraggio per gli animali. Gli antichi Egizi pare estraessero dalla buccia del legume una sorta di miele usato come conservante della frutta.

Il consumo è continuato per secoli e sono state segnalate le applicazioni in cucina più disparate, comprese le salse salate. All'uso che gli arabi facevano dei semi (*khirat*) nella misurazione delle pietre



Ceratonia siliqua

preziose per via del loro peso costante è legato il concetto di “carati”.

Alle carrube vengono attribuite dalla medicina popolare diverse funzioni curative. I principi attivi si trovano nei frutti e nei semi: la polpa fresca viene utilizzata come lassativa mentre quella secca, al contrario, viene utilizzata come antidiarroico, ma anche contro le irritazioni della gola e dell'intestino, contro gastroenteriti e coliti. È segnalata in aree dell'Italia centro-meridionale l'uso di decotti di carrube e fichi secchi contro la dissenteria e le bronchiti nei bambini.

I semi ridotti in farina pare che esercitino un effetto rinfrescante e idratante su pelli secche e infiammate. Il frutto è utilizzato dalla cosmetica anche per preparare maschere emollienti e viene ampiamente usato per nutrimento degli equini e di altri animali.

Con le fronde dei carrubi i contadini del Sud facevano a volte dei cappelli protettivi dal sole. Vista il suo uso antico, al carrubo sono anche legate varie storie e leggende, così che oggi le carrube sono ancora denominate “pane

di San Giovanni”, con riferimento al lungo periodo trascorso da questi nel deserto.

Oggi il carrubo è coltivato per usi alimentari - quasi esclusivamente in Sicilia e in particolare nel Ragusano - dal momento che le farine che si ricavano dal legume e dai semi (hanno un vago sapore di cioccolato) sono spesso usate come additivi nei prodotti alimentari.

In cucina

In cucina è uso, specie nella Sicilia sud-orientale, adoperare la farina come additivo di marmellate e mostarde e per la preparazione di biscotti e mostaccioli, mentre in diverse località del Sud le carrube sono state usate per produzioni alcoliche. La farina si usa anche per aromatizzare il vino.

Le carrube venivano e vengono tuttavia consumate anche fresche, specie dai bambini nelle campagne, costituendo un buon alimento, energetico e dietetico, buono anche per combattere le infezioni intestinali per via della sua azione antibatterica, confermata da indagini cliniche.

L'uso delle carrube è ancora consueto in diverse aree del Mediterraneo, dalla Spagna alla Turchia, anche come succedaneo del cioccolato, per preparare sciroppi o per la stessa alimentazione. A Cipro viene prodotta con esse una sorta di melassa con cui si accompagna una sorta di pasta fatta con semi di sesamo. Si segnala in alcune aree l'uso delle foglie come conservante per le olive.

