Ziziphus jujuba

Carta d'identità

Ziziphus jujuba Mill.

Famiglia: Rhamnaceae

Sinonimi: *Zizyphus vulgaris* L., *Ziziphus sativa* Gaertn., *Ziziphus zizyphus* (L.) Karsten.

Etimologia: Il nome del genere deriva dal nome comune in arabo di Barberia mentre quello della specie dovrebbe derivare da una corrispondente denominazione vernacolare.

Nomi comuni in Italiano: Giuggiolo dappertutto. Molti però i nomi dialettali: *zizzola, zinzuli, scicula*, ecc..

Habitat e diffusione: è un piccolo albero che si adatta a diversi tipi di terreno, anche molto aridi, purché siano in pieno sole. Vive in zone con clima temperato e in Italia si trova dalla Liguria in giù, con preferenza per le regioni meridionali, anche se in alcune aree settentrionali, vicino ai laghi o in colline soleggiate, si può trovare anche coltivato.

Il giuggiolo

Il giuggiolo, originario del Medio Oriente è diffuso dalla Spagna alla Cina. In certe regioni è ampiamente coltivato ma in Italia si trova inselvatichito, anche se continua ad essere piantato in orti e giardini.

Alto non oltre i sei metri, bello da vedersi per il suo portamento, il giuggiolo ha un aspetto contorto, avendo rami irregolari e spinosi. Le foglie caduche sono piccole e coriacee, con stipole spinose, ovate e di un bel verde lucente.

I fiori piccoli e giallo-verdastri appaiono fra aprile e giugno. I frutti, che maturano ad ottobre, assomigliano a delle olive, più o meno grosse e ovoidali a seconda delle varietà. Hanno color ruggine o marrone scuro quando mature, con polpa prima soda e compatta, bianco-verdastra, di sapore leggermente acidulo, e poi farinosa e dolciastra quando il frutto comincia a mostrare le rughe.

L'uso del giuggiolo

L'uso della pianta e dei suoi frutti è antica. È noto l'uso alimentare delle giuggiole, assai meno, almeno in Italia quello medicinale, anche se in Asia la pianta è assai più usata a tale scopo, specie in Cina. Conosciute da Egizi e Fenici, Erodoto le confrontava con i datteri e citava il vino che se ne ricavava dalla fermentazione.

Le si attribuiscono molte proprietà medicinali, e in particolare effetti sedativi, lenitivi e antinfiammatori, così i frutti sono utilizzati per la preparazione di decotti con funzione espettorante o per idratare la pelle. Fra le altre molte proprietà che gli si attribuiscono segnaliamo quelle di epatoprotettore, antipiretico, tonico.

© *Pietro Ficarra* WWW.PIANTESPONTANEEINCUCINA.INFO

Ziziphus jujuba

Nella medicina cinese le funzioni si moltiplicano, e oltre ai frutti vengono anche utilizzati i semi e la radice, quest'ultima nel trattamento della dispepsia, o se polverizzata, per curare ulcere e ferite quasi guarite.

La pianta è usata anche come ornamentale e talvolta per rimboschimenti, mentre il suo legno rosso è spesso utilizzato in ebanisteria.

Vanta in molte zone d'Italia una certa importanza nel panorama dei c. d. "frutti minori" ed è per questo legata anche a particolari tradizioni.

Nel Salento, dove viene chiamata *scìscula*, e in particolare a Tiggiano, si festeggia il Santo Patrono con una preparazione a base di giuggiole e di una varietà locale di carota.

Ad Arquà Petrarca, sui Colli Euganei, le prime domeniche di ottobre sono oramai dedicate alla Festa della Giuggiola (la giuggiola di questi Colli è inserita nel paniere ministeriale dei prodotti tipici).

Al Lago di Garda e alla zona di Maderno in particolare è legata la locuzione "andare in brodo di giuggiole". Che fosse legato al mondo contadino o che fosse stato sperimentato, come si dice, alla corte estiva dei Gonzaga in quella località, fatto sta che il liquido sciropposo che si ricavava da una particolare cottura delle giuggiole, veniva offerto agli ospiti come una sorta di liquore e accompagnava torte e biscotti da inzuppare.

Nella tradizione contadina di certe zone del Veneto i frutti venivano anche conservati per l'inverno, consumati soprattutto dalle donne "a filò": la giuggiola in bocca serviva nelle lunghe sere invernali a produrre la saliva che aiutava a filare.

In cucina

Con i frutti, spesso consumati anche freschi, vengono preparate in Italia confetture e marmellate, sciroppi, canditi, gelatine e particolari liquori. Con questi derivati vengono preparati poi torte, budini o dolci particolari. È noto anche l'uso di conservare i frutti non ancora sodi o non maturi in salamoia o sottaceto ed essi pare siano particolarmente apprezzati sotto grappa. In alcune zone del Veneto e del Mantovano il brodo di giuggiole è ancora una tipica preparazione familiare.

In Asia i datteri cinesi sono giuggiole lasciate seccare, fino a essere rugose e spugnose, così da raggiungere il sapore giudicato da quelle parti come il migliore. In alcune aree asiatiche i frutti secchi vengono ridotti in una polvere, che mischiata a soja e altre sostanze servono ad altre preparazioni tradizionali. I frutti possono essere utilizzati come surrogato del caffè e in tempi di forte carestia è stato segnalato il consumo delle foglie.