

Giancarlo Bounous

Mirtilli

sul balcone, in terrazzo,
in giardino

1ª edizione: luglio 2018

Le foto alle pagine seguenti sono di Depositphotos:

III e 104 ©belchonock; V ©Valentyn_Volkov; 1 ©Maks_Narodenko; 5 ©Dionisvera; 19 e 73 ©lisovskaya; 29 ©madlen; 51 ©sedneva; 77 ©eAlisa; IV e 85 ©NataliTerr; 96 ©Shebeko; 97 ©marlyna; 98 ©fotovincek; 99 ©18042011; 103 ©HandmadePicture; 105 ©urban_light.

In copertina: foto di G. Bounous salvo seconda in alto (Depositphotos@africa_studio) e sul retro prima e terza foto (Depositphotos@ileishanna; Depositphotos@Anna_Shepulova)



5549

© Copyright 2018 by “Edagricole - Edizioni Agricole di New Business Media Srl.”,
via Eritrea, 21 - 20157 Milano

Redazione: p.zza G. Galilei, 6 - 40123 Bologna

Vendite: tel. 051/6575833; fax: 051/6575999

e-mail: libri.edagricole@newbusinessmedia.it / www.edagricole.it

Proprietà letteraria riservata - Printed in Italy

La riproduzione con qualsiasi processo di duplicazione delle pubblicazioni tutelate dal diritto d'autore è vietata e penalmente perseguibile (art. 171 della legge 22 aprile 1941, n. 633). Quest'opera è protetta ai sensi della legge sul diritto d'autore e delle Convenzioni internazionali per la protezione del diritto d'autore (Convenzione di Berna, Convenzione di Ginevra).

Nessuna parte di questa pubblicazione può quindi essere riprodotta, memorizzata o trasmessa con qualsiasi mezzo e in qualsiasi forma (fotomeccanica, fotocopia, elettronica, ecc.) senza l'autorizzazione scritta dell'editore.

In ogni caso di riproduzione abusiva si procederà d'ufficio a norme di legge.

Realizzazione grafica: Exegi snc, Via Pelagio Palagi, 3/2 - 40138 Bologna

Impianti e stampa: Casma Tipolito, via B. Provaglia, 3b/d - 40138 Bologna

Finito di stampare nel luglio 2018

ISBN 978-88-506-5549-6

Presentazione

I mirtilli, conosciuti ed apprezzati per le loro virtù salutistiche e i pregi alimentari, non possono mancare sulla tavola di chi è attento alla dieta e al consumo di cibi sani e nutrienti. Infatti, oltre ad essere gustosi e adatti ai palati più raffinati, forniscono preziose sostanze nutritive utili alla nostra salute.

Le ricerche scientifiche hanno recentemente messo in luce e ulteriormente confermato le eccellenti proprietà di questi superfrutti che oggi riscuotono, a ragione, un grande successo.

Diffusi in natura in tutti i continenti, se ne contano centinaia di specie, da quelle nane a quelle arbustive. Per la bellezza e la diversità di forma, dimensioni, colore di foglie, fiori e frutti sono apprezzati anche come piante ornamentali.

Perché non coltivarli sul terrazzo o allestire una piccola piantagione in giardino scegliendo, tra le numerose specie e varietà, quelle più adatte ai nostri ambienti?

Il libro che qui presentiamo è proprio rivolto a chi desidera addentrarsi nella conoscenza di queste straordinarie piante: agli hobbisti, a coloro che si avvicinano per la prima volta al giardinaggio, a chi intende avviare



un'attività agrituristica o forme innovative di ristorazione e ricezione, ma anche ai mirtillicoltori che gradiscono aggiornare le loro competenze.

La trattazione è semplice, lineare ma precisa, arricchita da numerose illustrazioni volte a chiarire i concetti enunciati. Il lettore è accompagnato, passo dopo passo, nelle varie fasi della coltivazione: dall'acquisto delle piante fino alla raccolta del prodotto e al suo utilizzo.

Il volume, dopo brevi cenni relativi all'importanza dei mirtilli nel passato e alla loro diffusione odierna, fornisce indicazioni su come, dove e perché piantare questi splendidi arbusti.

Sono poi descritti l'areale di provenienza, le caratteristiche botaniche, le proprietà organolettiche e nutrizionali delle bacche, nonché curiosità ed aneddoti da tutto il mondo.

Un'ampia rassegna delle cultivar disponibili sul mercato mette in luce pregi e difetti delle piante, epoca di maturazione e caratteristiche dei frutti. Essa permette di orientare nella scelta delle varietà più idonee da mettere a dimora.

Seguono indicazioni sul terreno e clima più adatti alla coltivazione, suggerimenti su quando e come piantare, concimare, irrigare, potare, propagare, difendere le piante da avversità e parassiti, sempre nel rispetto dell'ambiente.

A chiusura del volume Anna Luisa De Guarda, che ha curato anche il capitolo relativo ai cenni storici, fornisce utili consigli su come utilizzare al meglio il prodotto, attraverso la preparazione di semplici ricette. Alcune sono innovative, altre sono tratte dalla tradizione non solo italiana ma anche europea, russa ed americana; infine si descrivono i principali usi farmaceutici e cosmetici.

L'Autore



Indice



Un po' di storia	(1)
Piccoli spazi, grandi soddisfazioni	(5)
Si può realizzare qualcosa di bello?	(6)
Quanto spazio?	(7)
Ornamento e alimento	(9)
Mirtilli per molti mesi	(13)
Un invito per piccoli e adulti	(14)
Dove si piantano e come si coltivano	(15)
Quali specie scegliere	(19)
Da dove provengono?	(20)
Mirtilli arbustivi o mirtilli nani?	(26)
Mirtilli arbustivi	(29)
Mirtillo gigante	(30)
Cultivar	(34)
Coltivazione dei mirtilli arbustivi	(51)
Dove piantare	(52)
Piantagione	(55)
Quando si piantano e come si allevano	(58)
L'arte di potare	(61)
Concimare dopo l'impianto	(64)
Occorre irrigare	(64)
Impollinazione	(66)
Cura e pulizia del terreno	(67)
Propagare le piante	(69)
Produzione, raccolta e destinazione	(73)
Raccolta	(74)
Destinazione	(75)
Mirtilli nani	(77)
Cranberry	(78)
Mirtillo rosso o vite di monte	(81)
La difesa del mirtillo	(85)
Buone pratiche per un mirtillo sano e produttivo	(86)
Danni di natura ambientale	(87)
Malattie fungine	(89)
Insetti	(93)
Utilizzare al meglio	(97)
Un po' di geografia gastronomica	(98)
Gelatine, confetture, salse, composte	(100)
Liquori, sciroppi, tisane, bevande	(102)
Sotto spirito e sciroppati	(104)
Sorbetti e gelati	(105)
Utilizzi farmaceutici e cosmetici	(105)





Un po' di storia

(di Anna Luisa De Guarda)

La raccolta ed il consumo di **mirtilli** hanno tradizioni antichissime, che si perdono nella notte dei tempi.

Nelle **società arcaiche**, dove caccia e raccolta assumevano un ruolo fondamentale nella vita dell'intera comunità ed erano necessarie alla loro sopravvivenza, questi frutti erano tenuti in grande considerazione, sia per le riconosciute proprietà fitoterapiche, sia come importante fonte di integrazione alimentare.

Nel **periodo feudale** lo sfruttamento delle risorse del sottobosco – e del mirtillo in particolare – era riconosciuto come diritto d'uso del popolo, esercitato negli spazi collettivi e accettato dal signore feudale, pur con limitazioni, perché fondato sul diritto consuetudinario. Il signore, cioè, riservava per sé legname e cacciagione per profitto e diletto, ma tollerava che i prodotti minori fossero appannaggio della comunità.

I mirtilli sono spesso citati nei testi di **fitoterapia** per le loro virtù astringenti, toniche, dissetanti, depurative, battericide e, addirittura, per la profilassi contro la peste. Pietro de Monte da Bairo, docente all'Università di Torino dal 1494 al 1540, pubblicò un trattato (prima in latino poi, nel 1524, in volgare) dal titolo *Secreti medicinali di Pietro Bairo da Taurino, già medico di Carlo secondo duca di Savoia ne' quali si contengono i rimedi che si possono usare in tutte l'infermità che vengono all'uomo cominciando dai capelli fino alle piante dei piedi e per l'utilità sua questo libro si chiama Veni mecum*. In questo testo l'autore sostiene la bontà salutistica del mirtillo e consiglia come bevanda lo *syrupus mirtillozum*.



Oggi gli studi scientifici confermano le proprietà attribuite in passato ai mirtilli; queste bacche sono infatti ricche di tannini, zuccheri, pectine, vitamine C ed E, e l'azione della mirtilina contro i colibacilli, specialmente quelli responsabili del tifo, è oggi ampiamente riconosciuta. Il mirtillo fu sicuramente usato in passato anche come colorante: Galli e Celti lo usavano per tingere gli abiti; i Romani facevano il bagno nel decotto delle sue foglie per favorire l'abbronzatura; in Svizzera sono stati rinvenuti reperti tessili, risalenti all'epoca napoleonica, tinti con il succo di queste bacche.

In Italia l'uso secolare di raccogliere i frutti del sottobosco si è mantenuto praticamente immutato fin dopo la Seconda guerra mondiale quando, con l'esodo dalle montagne ed il miglioramento delle condizioni

economiche delle popolazioni rurali, ha perso buona parte di interesse. Infatti, sebbene in alcune vallate alpine ed appenniniche la raccolta dei mirtilli da piante spontanee sia ancora attuata per diletto e svago, o per trarne profitto, sempre maggiore rilevanza e peso economico assume la loro coltura in impianti specializzati.

Tra le varie specie esistenti, quella che ha maggiore rilevanza culturale è il **mirtillo gigante americano** (*Vaccinium corymbosum*), diffuso in numerosi areali della nostra Penisola. In **Italia** la coltivazione del mirtillo gigante è iniziata a partire dagli anni Sessanta del Novecento sull'arco alpino, dapprima in Piemonte, Lombardia, Veneto e Trentino; più recentemente, si è diffusa nelle regioni centro-meridionali, dove sta incontrando un crescente successo. I limiti iniziali alla diffusione del mirtillo negli ecosistemi centro-meridionali sono stati la mancata conoscenza delle esigenze agronomiche, la scarsa disponibilità di cultivar adatte a quegli ambienti e l'assenza di tradizione verso il consumo dei piccoli frutti.

Un'oculata scelta varietale oggi permette di ampliare l'epoca di raccolta dei frutti ottenendo produzioni extra-stagionali, precoci o tardive, utili a dilatare il calendario di raccolta e consumo, sfruttando le differenze climatiche tra il Nord e



Il mirtillo nero cresce spontaneo nelle radure dei boschi delle Alpi e dell'Appennino (foto G. Bounous).



I prelibati frutti del mirtillo nero, dalle prodigiose virtù salutistiche, sono ancora raccolti per trarne profitto o per svago, ad esempio durante una gita in montagna (foto G. Bounous).

il Sud della Penisola per produrre con anticipo rispetto agli areali più settentrionali.

La **mirtillicoltura** nelle zone montane o collinari naturalmente vocate a queste produzioni contribuisce a recuperare e a valorizzare terreni valutati erroneamente come marginali, e perché no, a proporsi come cospicua integrazione del reddito delle piccole aziende frutticole o degli agriturismi.

Una eccellenza che, se sapientemente valorizzata, è capace di offrire prodotti sani e genuini a garanzia del consumatore e di chi lavora nei campi. Questa coltura, oggi attuata in molti areali montani e collinari da frutticoltori preparati e attenti all'ambiente, porta in sé la tradizione del passato e, al tempo stesso, l'esperienza e l'utilizzo intelligente di nuove tecniche che permettono

di migliorare la qualità dei raccolti. L'adozione di moderni sistemi di coltivazione, ispirati ai principi dell'agricoltura biologica o integrata, consentono di ottenere frutti che conservano un *bouquet* di colori, sapori, aromi che profumano di bosco. Negli anni si è assistito ad una riscoperta dei piccoli frutti e del mirtillo in particolare, rivalutati da una fascia sempre più ampia di consumatori che si lasciano tentare dai loro colori, sapori e virtù salutistiche. Facendo tesoro di queste positive esperienze anche gli hobbisti e coloro che con passione e tenacia intendono cimentarsi, anche su scala ridotta, nella cura di poche piante, possono conseguire ottimi risultati.



Il mirtillo gigante è stato introdotto con successo in coltura in Italia negli anni Sessanta del Novecento (foto G. Bounous).





Piccoli spazi, grandi soddisfazioni

La **coltivazione amatoriale** dei cosiddetti frutti di bosco appassiona un numero sempre crescente di persone desiderose di abbellire un angolo del proprio giardino, un semplice terrazzo o un balcone per gioire alla vista dei fiori e per poi deliziarsi, assaporandone i frutti.

Tuttavia, per coltivare con successo questi arbusti, occorre scegliere varietà di pregio, preparare un buon terriccio, scegliere la corretta esposizione e dedicare loro cure semplici ma adeguate.

Anche se si dispone solamente di un terrazzo o di un balcone è possibile realizzare uno spazio piccolo, attraente e piacevole, scegliendo volumi, materiali e piante adatti all'ambiente.

Con buona volontà e un po' di costanza i risultati non si faranno attendere a lungo.

I mirtilli possono trovare posto in fioriere e vasconi, sono ottime piante da siepe e formano poi, da soli o consociati con altri arbusti, graziose airole. La produttività è elevata ed i prelibati frutti deliziano gli occhi e il palato con i loro colori, profumi e sapori.



Si può realizzare qualcosa di bello?

Se al giardino si desidera dare un aspetto **formale** le piante vanno disposte in modo geometrico e ben squadrato, accostando ai mirtilli sempreverdi a foglia piccola (più facili da modellare) o essenze quali azalee, rododendri ed eriche che hanno le medesime esigenze colturali.

Per uno spazio **naturaliforme** le piante vanno invece lasciate crescere libere e disposte a macchia piuttosto che a filare. Anche il colore del fogliame, che varia dalla primavera all'autunno dal verde pallido al rosso fuoco, è elemento da tenere in considerazione nella progettazione. I fiori possono essere rosa o bianco con varie sfumature, oppure rossi, mentre i frutti, oltre che di colore blu, sono anche rossi o rosa (cv Pink Lemonade).



Pink Lemonade è un grazioso arbusto a bacche rosa a maturità (foto G. Bounous).

Su un balcone o su un terrazzo la scelta è condizionata da **limiti climatici**: fa più freddo d'inverno e più caldo d'estate rispetto ad un giardino in piena terra. Il vento, lambendo i muri, è più violento ed accresce gli effetti del calore e della siccità d'estate (aumenta la traspirazione delle foglie) e del freddo d'inverno. Installando graticci robusti e ben ancorati e predisponendo qualche riparo è possibile attenuarne la violenza.

In questi contesti occorre poi considerare i **limiti statici**: il peso di vasi, terriccio e delle piante è notevole. È perciò necessario scegliere recipienti robusti ma leggeri, alleggerire il substrato e mettere a dimora esemplari di modeste dimensioni, pensando al volume e al peso che avranno da adulti. È preferibile collocare le fioriere contro le pareti piuttosto che al centro dello spazio a disposizione, per non caricare oltremodo il pavimento. La gamma di fioriere oggi in commercio è molto vasta per colore, peso e stile; ne esistono in plastica, che imitano alla perfezione quelli in terracotta, ma sono molto meno pesanti; altre sono in resina, leggere ma robuste. Sempre per ragioni statiche si può alleggerire il peso del terriccio con uno strato a funzione drenante di argilla espansa alla base del contenitore e mescolare al terriccio po-

mice, perlite, vermiculite, materiali voluminosi ma soffici e leggeri.

Se si abita in un condominio vi sono a volte **vincoli amministrativi**, regolamenti che impongono limitazioni nelle dimensioni di contenitori e piante, senza dimenticare i rapporti di buon vicinato: attenti al gocciolamento dell'acqua e alla caduta di foglie e rami sulla proprietà altrui.

Quanto spazio?

Quante piante è possibile collocare in un vascone o in vaso?

In un vascone lungo 2 metri trovano posto due piante di mirtillo gigante; si consiglia di scegliere varietà a taglia ridotta quali Hortblue Petite®, novità singolare per il giardinaggio hobbistico, perché è rifiorante e fruttifica in giugno e nuovamente in autunno. Le bacche, soffici, di pezzatura medio-piccola, hanno un gradevole sapore e sono portate in racemi compatti.

Molto attraenti sono i delicati fiori bianchi e le foglie che in autunno, prima di cadere, virano al rosso arancio.

Un'altra varietà interessante per la coltura in contenitore è la Blautropf®, sempreverde, a fiori rosa e bacche blu, allungate a forma di goccia. In un vaso (diametro 40-

50 cm) si può sistemare una pianta, piacevole alla vista in tutte le stagioni, che porterà abbondanti frutti in estate.

I mirtilli giganti (scegliendo tra le varietà a taglia media o ridotta) possono fare bella mostra di sé e prosperare anche in grossi mastelli su un terrazzo o all'ingresso dell'abitazione.

E in un piccolo giardino, quali specie e varietà scegliere per soddisfare il fabbisogno annuo di mirtilli di una famiglia di 4 persone? Ipotizzando di dedicare alle piante uno spazio di 5 m × 6 m, ossia 30 m², si possono mettere a dimora:

- 6 m² di mirtillo gigante: 5 piante di Duke, cultivar precoce;
- 6 m² di mirtillo gigante: 5 piante di Liberty, maturazione media epoca;
- 2 m² di mirtillo gigante: 2 piante di Aurora, tardiva;
- 2 m² di mirtillo gigante: 2 piante di Pink Lemonade a frutto rosa;
- 2 m² di mirtillo delle Azzorre: 2 piante di Blautropf®.

Lo spazio rimanente è occupato dagli interfilari e dai camminamenti per coltivare, potare e raccogliere la frutta.

Naturalmente si possono variare a piacere le superfici, destinando lo spazio solo al mirtillo gigante o so-



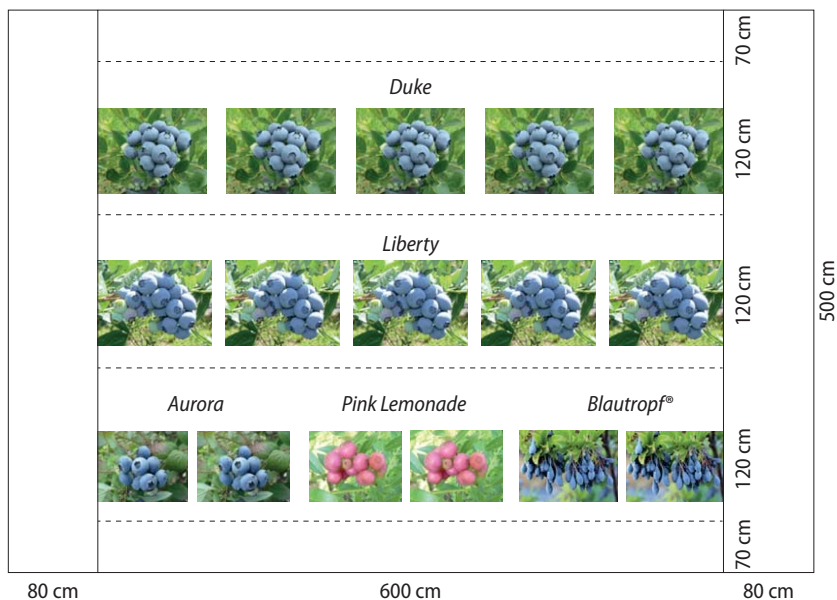
Hortblue Petite®, varietà rifiorante a taglia nana, è il mirtillo ideale per terrazze e balconi (foto G. Bounous).

lamente alle tappezzanti quali il mirtillo rosso europeo o il *cranberry*, o alternare le file con altri piccoli frutti. Per disporre di frutti per un lungo arco di tempo conviene comunque piantare più varietà, dalle precoci alle tardive. Le bacche possono essere destinate in parte al consumo fresco e, se vi è abbondanza di prodotto, trasformate in succhi, gelatine, confetture. Si prestano poi egregiamente ad essere surgelate per il loro consumo nei mesi successivi.

Foglie, bacche e gemme essiccate trovano impiego per preparare bevande, tè ed infusi.

Con lo schema proposto i quantitativi che mediamente si possono raccogliere sono:

- 14 piante di mirtillo gigante (5 Duke; 5 Liberty; 2 Aurora; 2 Pink Lemonade) \times 4 kg/pianta = 56 kg;
- 2 piante di mirtillo delle Azzorre Blautropf® \times 3 kg/pianta = 6 kg.



Mirtilleto familiare: schema.

Ornamento e alimento

I mirtilli rispondono alle attuali esigenze dei consumatori, orientati verso cibi naturali e genuini che apportano sostanze biologicamente attive fondamentali per una sana alimentazione. Sono piante eleganti e attraenti in ogni stagione e i frutti, oltre che preziosi per la salute, sono ottimi e deliziano anche i palati più difficili. Perché dunque non creare un bellissimo giardino o un semplice terrazzo con questi arbusti, integrando sapientemente le valenze estetiche con quelle

utilitaristiche? Sebbene un tempo gli spazi del giardino fossero quasi sempre divisi tra quelli destinati a produrre cibo (frutta, ortaggi, aromatiche) e quelli riservati al puro abbellimento, oggi molti terrazzi e giardini sono multifunzionali e la bellezza e l'ornamento sono offerti anche da piante alimentari. Infatti, in un piccolo spazio si possono piacevolmente abbinare specie da frutto e da orto, fiori commestibili, erbe aromatiche e piante ornamentali. Scegliendo con cura le specie e le varietà è possibile disporre di una grande diversità di taglia, forma e colori dalla primavera all'autunno.

Nella composizione del giardino multifunzionale, che gli anglosassoni chiamano *edible garden*, letteralmente “giardino alimentare”, o delle vasche del terrazzo si opera secondo criteri estetici (forma, colore, volume e dimensione delle piante) ma anche utilitaristici. Tutto ciò per realizzare un giardino correttamente equilibrato, esteticamente piacevole, “bello e commestibile”. Per allestire un *edible garden* si usano gli stessi principi del giardinaggio ornamentale; accostando agli arbusti e alle piante erbacee da fiore piante alimentari se ne accresce il valore, oltre che estetico, anche salutistico e, perché no, economico. Un mix di bellezza e utilità. Teoricamente tutte le piante commestibili possono essere impiegate, nondimeno alcune



I bellissimoi fiori del mirtillo gigante sbocciano in aprile (foto G. Bounous).

hanno un più rilevante valore paesaggistico di altre. Inoltre i mirtilli esigono terreni a reazione acida, esposizione soleggiata e pertanto negli accostamenti bisogna tenerne conto. Saranno poi il gusto e la fantasia personali che guideranno le scelte per ottenere i migliori risultati.

Si può, ad esempio, prevedere una rotazione durante le stagioni in modo da avere frutta e ortaggi per un lungo periodo: fragole, lamponi, mirtilli, goji, aronia da maggio ad agosto/settembre; lattughe, cavoli, pomodori, peperoni tutta l'estate; mele, pere, giuggiole a fine estate ed in autunno; aromatiche per un lunghissimo periodo.



Fiori allungati, a campanella, del mirtillo delle Azzorre, un sempreverde adatto per vasi e fioriere (foto Vivai Lubera).



**Clicca QUI per
ACQUISTARE il libro ONLINE**

**Clicca QUI per scoprire tutti i
LIBRI del catalogo EDAGRICOLE**

**Clicca QUI per avere maggiori
INFORMAZIONI**