

LA FAGIOLINA DEL TRASIMENO

L'azienda agricola I Melagrani fornisce al GODO dell'Aiab Umbria, farro, orzo, miglio e altri cereali (che vengono trebbiati da giugno) e la **Fagiolina del Lago Trasimeno** (raccolta manualmente da luglio a ottobre). La fagiolina è un seme molto piccolo di forma allungata e di color crema ma che può assumere tuttavia una colorazione varia, con differenti screziature.

La semina viene fatta in primavera, la maturazione è scalare e la lunga raccolta a mano inizia a giugno e si protrae fino ai primi di ottobre. A questo punto, i baccelli vengono fatti essiccare al sole e poi battuti con forche e bastoni. Poi con i vagli si puliscono i semi e alla fine si confezionano in sacchetti di canapa.



Oggi la Fagiolina del Trasimeno è un prodotto unico e irripetibile, che ha "caratteristiche genetiche" specifiche e particolari, un ottimo livello di qualità nutrizionale ed è protagonista nella memoria e nella tradizione popolare.

Un po' di storia...

Formidabile alimento degli Etruschi, coltivata fino al dopoguerra, la fagiolina ha rappresentato il principale apporto proteico all'alimentazione delle popolazioni locali con un contenuto di proteine di proteine superiore a quello dei fagioli, da un 5% fino al 15 % in più. Negli anni 90 rischiava di scomparire ma grazie alla sinergia crescente tra alcuni agricoltori, Università degli Studi di Perugia e la Provincia di Perugia, il pericolo è quasi scongiurato. Oggi sono rimasti 4 o 5 produttori di fagiolina mentre tutti gli altri sono stati scoraggiati dalla produzione lunga, faticosa e ancora manuale della semina e della battitura.

Dal sito internet dell'Agriturismo, riprendiamo ***i consigli del cuoco*** che suggerisce di assaporarla al naturale, condita con del buon olio extravergine di oliva, sale, pepe e magari uno spicchio d'aglio.

E' pratica da cuocere, perché essendo piccola non ha bisogno di essere messa a bagno una notte prima come tutti gli altri legumi. Infatti dopo una sufficiente bollitura di circa un'ora, si possono preparare gustosissime portate come:

- bruschette con la Fagiolina lessa
- pasta e Fagiolina
- zuppa di Fagiolina e gamberetti
- zuppa di Fagiolina e pane raffermo
- ravioli ripieni con Fagiolina e parmigiano
- Fagiolina con le cotiche (come facevano gli antichi Romani)



Si possono preparare inoltre dolci come lo sformato di Fagiolina e farina di mais, guarnita con crema allo zabaione e scaglie di cioccolato fondente.