



## Broccolo fiolaro di Creazzo: un toccasana che ama il freddo

**Alla riscoperta di un prodotto tipico vicentino saporito e salutare, ricco di sostanze antiossidanti, antitumorali e di calcio facilmente assimilabile.**

Il **broccolo fiolaro** appartiene alla famiglia delle [Crucifere](#), specie **Brassica oleracea**, come i più conosciuti cavolfiore, broccoletto, cavolo cappuccio e verza. Cresce in cespi dalle foglie lunghe e dai germogli teneri dal colore più chiaro, chiamati “*fiol*” – figli in dialetto veneto -, disposti lungo il fusto della pianta e le ascelle delle foglie.



Broccolo fiolaro di Creazzo (Foto © Pamela Mussio)

## Caratteristiche del Broccolo fiolaro di Creazzo

Il terreno ideale di coltura è limoso-sabbioso e calcareo, il clima adatto va dal mite al primo gelo invernale: ciò permette al broccolo di rallentare i processi biologici e di concentrare sali e zuccheri che ne esaltano il sapore. Particolarmente fertile è la zona collinare di **Creazzo**, nel Vicentino che si fregia della [denominazione De.Co.](#) (Denominazione Comunale d'Origine), grazie alla quale si è risvegliata l'attenzione su questo prodotto particolarmente diffuso nei secoli passati.

### Cenni storici

Conosciuto nell'Ottocento come uno degli ortaggi di punta del territorio, diviene fonte di reddito anche per i contadini della prima metà del Novecento i quali lo intrecciavano con rami di salice per renderlo facilmente trasportabile dai campi verso il mercato dove contrattare il prezzo.

Dopo il boom economico, tuttavia, la coltivazione del broccolo – considerato cibo dei poveri – subisce una brusca frenata a vantaggio della carne e sulle tavole cominciano a poco a poco a scomparire le verdi foglie del fiolaro mentre fanno la loro comparsa frutta e verdura di serra.

Solo grazie ad una rinnovata consapevolezza verso le innumerevoli proprietà dei prodotti di stagione, il broccolo fiolaro ha ricominciato ad apparire nei mercati contadini.

## L'utilizzo in cucina

In cucina, si rivela un ingrediente molto versatile e saporito, con un sentore e un profumo meno intensi rispetto ai cavoli tradizionali. Per sfruttarlo al meglio, si utilizzano le foglie più tenere e i germogli che vanno fatti sbollentare per pochi minuti in poca acqua e poi saltati in padella a piacere oppure trasformati in contorni insaporiti con aromi, succo di limone e olio extravergine di oliva, oppure in condimenti per la pasta arricchiti con aglio, uva passa e peperoncino, o ancora in frittate, **zuppe**, torte salate, ripieni alla stregua della cicoria selvatica e delle erbe cotte.

Fonti: [www.ilbroccolofiolaro.it](http://www.ilbroccolofiolaro.it)

**– BROCCOLO FIOVARO DI CREAZZO –**  
**PRODUZIONE E VENDITA**  
**Elenco aziende**  
**Contattaci se vuoi essere presente qui!**

### Data di creazione

19/03/2018

### Autore

pamela-mussio