

Sfusato Amalfitano, pregiato frutto della “divina” costiera

scritto da Amanda Arena | 01/05/2020



Profumatissimo, salutare e versatile in cucina. Il Limone Costa di Amalfi è uno dei gioielli gastronomici del celebre lembo di terra campana, situato a sud della penisola sorrentina

Il **Limone Costa d’Amalfi** è un meraviglioso miracolo pennellato di giallo e dall’anima succosa, uno dei frutti più conosciuti della costiera amalfitana. Questa **antica varietà di agrume** è diventato ambasciatore di un’area ricca di arte e storia, considerata patrimonio dell’Unesco sin dal 1997.

Storia della produzione dello sfusato amalfitano

L’antica presenza dei limoneti nella lingua di terra mediterranea disegnata a strapiombo sul mare e a sud di Napoli, è testimoniata da numerosi documenti storici.

Il **Limone Costa d'Amalfi I.G.P.**, la cui *cultivar* è lo **Sfusato Amalfitano**, fa la sua comparsa intorno all'XI secolo grazie agli Arabi che lo portano qui dopo averlo introdotto in Spagna e Sicilia. In quest'epoca il paesaggio amalfitano comincia a punteggiarsi di limoneti, ribattezzati "giardini" per la loro bellezza naturale, utilissimi per arginare la minaccia del dissesto idrogeologico.

Le **ragioni dell'avvio della limonicoltura**, ai tempi della Repubblica Marinara, sono da ricercarsi nel fatto che la sua diffusione permetteva ai navigatori amalfitani di possedere a bordo delle proprie navi una potente arma contro lo scorbuto. Dal 1400 in poi, si accresce inarrestabile il fiorente commercio del limone amalfitano che, dal borgo di Minori, giunge verso numerosi porti italiani ed europei per essere apprezzato finanche in America.

«Quello d'Amalfi è più bello del precedente, che a mirarlo sembra un Cedro. È un gran frutto con la scorza tutta verrucola, d'un color languido e pigro odore; di mezzo dolce sapore.»

Così descrive il "*limon striatus amalphitanus*" **Giovanni Battista Ferrari**, gesuita, botanico e orientalista italiano, nel suo trattato "*Flora, ovvero Cultura dei Fiori*" pubblicato nel 1633. Il libro introduce all'arte del giardinaggio, fornisce una panoramica anche sulla coltivazione dei fiori e degli agrumi, ed è considerato un monumento della letteratura botanica dell'Europa del XVII secolo.

Caratteristiche del Limone Costa d'Amalfi

Molto profumato e aromatico, lo **Sfusato Amalfitano** è un agrume dalla forma ellittica allungata, "affusolata", con pochi semi, che presenta una buccia di spessore medio e **color giallo brillante**. Il suo succo è abbondante, alquanto acido; il peso si aggira dai 100 grammi in su.

Zona e tecnica di coltivazione

Il paesaggio della Costiera Amalfitana costituisce il palcoscenico unico in cui nasce e cresce il limone *sfusato*: uno sconfinato mare di verde punteggiato da minuscole macchie gialle delimitato a tratti dalle chiare pietre dei terrazzamenti eroici, denominati "**macere**".

Il **Limone Costa d'Amalfi I.G.P.** si coltiva in una **piccola area della Costiera Amalfitana** compresa tra i comuni di Amalfi, Cetara, Furore, Maiori, Minori, Positano, Conca dei Marini, Ravello, Praiano, Scala, Tramonti e Vietri sul Mare.

Ancora oggi lo Sfusato Amalfitano è **coltivato rispettando le tecniche agrarie tradizionali**. La coltivazione delle piante di limoni avviene sotto impalcature di pali di castagno, protetti nei periodi più freddi. Le piante sono distanziate l'una dall'altra e, in ogni ettaro di terreno, sono presenti più di 800 piante la cui capacità produttiva massima è di circa 35 tonnellate di agrumi.

Gli **alberi di limoni si aggrappano sui versanti più ripidi** della "divina Costiera" e svolgono un importante ruolo nella tutela idrogeologica dell'intero paesaggio, costituendone un pregiato elemento di spicco. La raccolta avviene più volte all'anno, per il fenomeno tipico del polimorfismo (fioritura e maturazione continua) nei limoni, anche se la **produzione di maggior qualità si ottiene tra marzo e fine luglio**.

Proprietà dello Sfusato Amalfitano e gli usi in cucina

Il **limone è un frutto ricco di proprietà nutrizionali benefiche** per l'organismo, ipocalorico e

digestivo. In tavola è irrinunciabile perché è una **fonte consistente di vitamina C**, utile ad assorbire il ferro presente nei cibi.

LEGGI ANCHE:

Vitamina C: servono gli integratori?



Il **Limone Costa d'Amalfi I.G.P.** possiede **il più elevato contenuto di acido ascorbico** ed è ricco, nella buccia, di terpeni che conferiscono un aroma deciso. Inoltre presenta un consistente numero di ghiandole oleifere nel flavèdo, che è la parte più esterna, gialla, della buccia del frutto ricca di ghiandole che secernono gli oli essenziali. Proprio in questa parte si può sentire maggiormente l'aroma di questo limone. Le sue caratteristiche ne consentono un consumo al naturale, magari con l'aggiunta di sale o zucchero. Ottimo l'utilizzo della scorza nella preparazione di un infuso caldo, come il canarino, indicato contro la nausea o la cattiva digestione.

L'uso di questo frutto mediterraneo e particolarmente versatile è indicato per **aromatizzare svariate ricette**: antipasti, piatti a base di carne, pesce, verdure, contorni, numerosi tipi di salse (salmoriglio, citronette, salsa di cipolle all'agro, ecc.) e dolci. Nelle aree della Costiera Amalfitana è utilizzato sia al naturale sia in insalata. Gli chef della zona lo accostano anche ad altri sapori in mescolanza, ad esempio, coi **datterini gialli nel risotto**. I due sapori si equilibrano bene con una nota fresca e zuccherina.

Un intrigante percorso degustativo color giallo luminoso è quello che vede lo **Sfusato Amalfitano** protagonista, con la sua scorza, del liquore simbolo per eccellenza della Costiera Amalfitana: il **limoncello** ([scopri la vera ricetta](#)). Si ottiene dalla macerazione delle bucce in alcol etilico con gradazione almeno del 90% a cui si aggiungono acqua e zucchero. Fresco e dalla fragranza intensa è un liquore dolce ideale a fine pasto.

Consorzio di Tutela Limone Costa d'Amalfi

La tutela del prodotto amalfitano è garantita dal **Consorzio di Tutela Limone Costa d'Amalfi I.G.P.**, costituitosi nel 2002, sia in Italia sia nel territorio comunitario. L'ente assicura l'origine e la qualità del prodotto storicamente e tradizionalmente riconosciuto dal mercato grazie al marchio Indicazione Geografica Protetta (I.G.P.) ed è, inoltre, attivo nella promozione e divulgazione delle caratteristiche uniche dello Sfusato Amalfitano presso gli operatori commerciali e professionali, i consumatori, i tour operator e i media.

Consorzio di Tutela Limone Costa d'Amalfi I.G.P.

Corso Regina 71 - Maiori (SA)

[Sito web](#)