

29 Aprile 2019

Cece di Controne: piccolo, prezioso e biodiverso

Un legume raro e dal gusto unico, coltivato secondo la tradizione contadina e nel rispetto delle aree naturali del Parco Nazionale del Cilento



Campania

Nel cuore dei monti Alburni nasce una varietà di cece piccola e preziosa. Si tratta del **Cece di Controne**, gustoso tesoro di **biodiversità** coltivato ancora secondo la tradizione contadina nelle aree del Parco Nazionale del Cilento. In particolare è nella zona di Controne, piccolo comune in provincia di Salerno, che questo legume ha trovato casa. Lo stesso paese è inoltre culla di un ottimo olio, nonché il luogo natale del pregiato **Fagiolo di Controne** [1], che è oggi presidio Slow Food e ha la particolarità di avere il seme, e il baccello che lo contiene, completamente bianco.

A caratterizzare le terre di Controne, completamente immerse nel **Parco Nazionale del Cilento**, è la presenza di roccia. Una stratificazione ricca di carbonati si distende infatti sotto l'intera area, generando terreni freschi e fertili che - grazie all'abbondanza di acqua - sono ideali per la coltivazione delle leguminose a granella. A fare il resto ci ha pensato la lunga **tradizione contadina**. Fin dai primi insediamenti, che pare risalgano al IX secolo dopo Cristo, le vallate e i pianori circondati da rilievi montuosi, i boschi e le sorgenti hanno consentito di affinare produzioni eccellenti, non solo di legumi, ma anche di ortaggi e olive.

Le **origini** [2] di questo borgo di contadini, pare si debbano a un gruppo di esuli pestani che qui si rifugiarono nel IX secolo d.C. a seguito di un'invasione di quella che ora è Paestum. Il nome deriverebbe tra l'altro dalla sua esposizione al sole: *contra-eljione* (dal greco helios), ovvero "Di fronte al sole". A portare avanti le **antiche pratiche di coltivazione** in questo contesto dal grande valore naturalistico sono oggi una manciata di produttori. Il gusto del Cece di Controne rispecchia dunque la vita e il lavoro di persone che si prendono cura della terra come un tempo. Piccolo e consistente, questo Cece prezioso si può portare **in tavola** con insalate primaverili, oppure abbinato ad altri legumi può dar vita ad ottime zuppe e minestre, ma anche accompagnare la pasta come nel caso delle amate Laganelle ai ceci campane.

Links

[1] <https://www.fondazione Slow Food.com/it/presidi-slow-food/fagiolo-di-controne/>

[2] <https://www.ecampania.it/node/9820>