

# Prunus Avium

CILIEGIO – CHERRY TREE – CERISIER – KIRSCH

CEREZO – ВИШНЕВЫЙ – チェリー – 櫻桃 – زركلا

## CENNI STORICI:

*Il ciliegio chiamato anche ciliegio degli uccelli o ciliegio selvatico è un albero appartenente alla famiglia delle Rosacee, presente in Europa e in alcune zone montane fredde dell'Asia minore. In Italia è presente dalle zone altocollinari sino a quelle montuose, talvolta al confine della zona tipica delle latifoglie, presentando una buona resistenza al freddo. Il nome cerasa presente in diversi dialetti italiani, così come quello portoghese, francese, spagnolo e inglese deriva dal greco kérasos e da qui al nome della città Cerasonte (Giresun) nel Ponto (l'attuale Turchia) da cui, secondo Plinio il Vecchio, furono importati a Roma nel 72 a.C. da Lucio Licinio Lucullo i primi alberi di ciliegie. Per la Chiesa Cattolica la ciliegia ha anche un suo Santo protettore: San Gerardo dei Tintori.*

## CARATTERISTICHE BOTANICHE ED AGRONOMICHE:

- **FAMIGLIA:** Rosacee
- **TEMPERATURA MINIMA:** - 35°/40°
- **ALTEZZA MASSIMA:** 10/12 mt
- **FIORITURA:** Primavera
- **COLORE DEL FIORE:** Bianco
- **POTATURA:** Febbraio
- **SUOLO:** Terreno ben drenato e ricco di sostanza organica.

## VARIETÀ CILIEGIO:



- **BIG LORY:**

*Frutto dalla buccia di color rosso brillante, polpa di colore rosso con consistenza medio elevata.*

*Maturazione: Inizio di Giugno*



- **BIG.BURLAT:**

*Durone, frutto medio, rosso scuro, polpa rossa.*

*Maturazione: Fine Maggio*



- **BIG.MOREAU:**

*Durone, frutto grosso, rosso brillante e a polpa rossa.*

*Maturazione: Fine Maggio*



- **BIG. NAPOLEON:**

*Durone, frutto molto grosso, colore giallo rossastro, polpa bianca soda e zuccherina, croccante.*

*Maturazione: Fine Giugno*



- **BING:**

*Durone, frutto grosso rosso scuro.*

*Maturazione: Fine Giugno*



- **CELESTE:**

*Autofertile, durone, frutto rosso brillante, polpa rossa.*

*Maturazione: Metà Giugno*



- **DURONE DI CESENA:**

*Durone, frutto grosso rosso scuro.*

*Maturazione: Metà Giugno*





- **DURONE DI VIGNOLA:**  
*Durone, frutto rosso scuro nerastro.*  
Maturazione: *Metà Giugno*



- **EARLY RIVERS:**  
*Frutto rosso-nero scuro, pezzatura grande, eccellente di buon sapore, buccia di colore scuro.*  
Maturazione: *Inizio Luglio*



- **FERROVIA:**  
*Durone, frutto cuoriforme grosso rosso vivo, polpa rosa e croccante.*  
Maturazione: *Fine Giugno*



- **GIORGIA:**  
*Durone, frutto grosso rosso intenso.*  
Maturazione: *Inizio Giugno*



- **GUINDO:**  
*Frutto color porpora, grosso, vigoroso.*  
Maturazione: *Giugno*



- **HEDELFINGER:**  
*Autofertile. Frutto grosso, rosso scuro, sapore zuccherino.*  
Maturazione: *Fine Giugno/Inizio Luglio*



- **KORDIA:**  
*Frutto medio grande, buccia color rosso scuro.*  
Maturazione: *Inizio Giugno*





- *LAPINS:*  
*Autofertile – durone, frutto grosso rosso scuro.*  
Maturazione: *Metà / Fine Giugno*



- *MONTMORENCY:*  
*Frutto medio color rosso chiaro.*  
Maturazione: *Fine Giugno*



- *MORA DI CASSANO:*  
*Durone, frutto medio grosso rosso scuro.*  
Maturazione: *Metà Giugno*



- *NEW STAR:*  
*Autofertile, frutto grosso, color rosso scuro brillante, polpa soda di colore rosso cupo.*  
Maturazione: *Fine Maggio/ Inizio Giugno*



- *PICOTA:*  
*Frutto grosso, color rosso scuro, alla raccolta varietà senza picciolo.*  
Maturazione: *Metà Giugno*



- *REVERCHON:*  
*Durone, frutto medio grosso rosso striato di marrone, polpa croccante, dolce-acidula e profumata.*  
Maturazione: *Fine Giugno / Inizio Luglio*



- *RHEINISCHE SCHATTEN:*  
*Frutto medio, color rosso.*  
Maturazione: *Fine Luglio*







• *SCHNEIDERS SPÄTE KNORPELKIRSCH*:  
*Frutto grosso, color rosso porpora scuro, polpa gustosa e zuccherina.*

Maturazione: *Metà Luglio*



• *STELLA*:  
*Autofertile, frutti grossi color rosso intenso.*

Maturazione: *Metà Giugno*



• *SUNBURST*:  
*Durone, frutto grosso, color rosso aranciato.*

Maturazione: *Metà Giugno*



• *SWEET HEART*:  
*Autofertile, durone medio grosso, color rosso scuro brillante, polpa rosa, buona consistenza.*

Maturazione: *Inizio Luglio*



• *UDENSE SPAANSE*:  
*Frutto grosso, color rosso scuro.*

Maturazione: *Inizio / Metà Luglio*



• *BIG. VAN*:  
*Durone, frutto medio grosso, color rosso.*

Maturazione: *Fine Giugno/ Inizio Luglio*



• *VARISKE ZWARTE*:  
*Frutto nero e rotondo, polpa gustosa e succosa.*

Maturazione: *Metà Luglio*



• *VISCIOLA*:  
*Frutto medio piccolo, color rosso nerastro.*

Maturazione: *Fine Giugno*



## *LA FIORITURA:*

*La meravigliosa fioritura bianca del ciliegio avviene all`inizio della primavera contemporaneamente alla produzione di nuove foglie. I fiori del ciliegio hanno un gradevole profumo e sono particolarmente attrattivi per le api.*



## *FORME DI ALLEVAMENTO ED UTILIZZO ORNAMENTALE:*



### *PIANTA A MEZZO ALBERETTO:*

*Pianta a forma classica per il  
frutteto di casa.*



### *PIANTA IMPACALTA ALTA:* *Piante idonee per parchi o viali alberati in situazioni agresti.*



### *PIANTE NANE:*

*Piante idonee per terrazzi,  
balconi o piccoli giardini*



## *FORME DI ALLEVAMENTO ED UTILIZZO ORNAMENTALE:*



*PIANTE DOPPIE U:  
Piante idonee per terrazzi, balconi  
o piccoli giardini.*



### *PIANTE A SPALLIERA:*

*Piante di grande suggestione utilizzate per definire aree del giardino come orti / broli o per delimitare viali con l`aggiunta al piede di una bordura bassa fiorita o con aromatiche.*





## MODALITÀ DI IMPIANTO:

*Il giusto periodo di piantumazione va dall'inizio dell'autunno all'inizio della primavera.*

*Posizionare la zolla nella buca (Es: larga 60-70 cm per piante di 3 anni in vaso diametro 30 cm pari a 15 lt di volume) facendo attenzione che il colletto (livello della terra del vaso/zolla) si trovi a livello del piano di campagna. La terra per il riempimento della buca può essere quella precedentemente rimossa sminuzzata con cura miscelata con un 20-30% di terriccio universale concimato.*

*Una volta riempita la buca posizionare un tutore (palo) di legno per evitare sradicamenti a causa del vento.*

*Legare le piante al tutore a circa 1 mt di altezza con legacci in plastica che pur fissando bene le piante abbiano la capacità di adattarsi alla crescita della pianta.*

*Con la terra in eccesso formare un tornello (bacinella/conca) al piede delle piante con un diametro di circa 60-70 cm (per piante di 3 anni in vaso diametro 30 cm pari a 15 lt di volume) ed un bordo alto circa 15 cm.*

*Il tornello ha la funzione di rendere efficace l'irrigazione evitando che l'acqua si disperda nel terreno senza arrivare a bagnare correttamente l'apparato radicale.*

*Riempire il tornello con uno strato di 10/15 cm di corteccia di pino che oltre a contenere lo sviluppo delle erbe infestanti ha una funzione coibente evitando il disseccamento della terra nell'intervallo tra due turni di irrigazione.*

*Effettuare una irrigazione appena finita la piantumazione e poi ripetere l'irrigazione ogni 7/10 giorni durante il periodo vegetativo.*



*ESEMPIO DI PIANTUMAZIONE  
PIANTE DA FRUTTO  
DI 3 ANNI IN VASO 15 LT*



## EFFETTI BENEFICI:

*Le ciliegie sono ricche di vitamina A e C che aiutano a proteggere la vista e contribuiscono al buon funzionamento delle difese immunitarie. Le ciliegie sono ricche di vitamina K ossia l'elemento nella coagulazione sanguigna. Sono frutti zuccherini a basso indice glicemico, forniscono un apporto energetico basale e grazie al contenuto di acido malico favoriscono la digestione degli zuccheri e l'attività del fegato. Le ciliegie contengono inoltre sorbitolo, una sostanza dolcificante che le conferisce un alto potere diuretico e un effetto lassativo, permettendo di regolare la normale funzionalità del fegato.*

*Contengono inoltre acido folico, calcio, potassio, magnesio, fosforo e flavonoidi, sostanze importanti per la lotta ai radicali liberi. Depurative, disintossicanti, diuretiche e antireumatiche, le ciliegie aiutano inoltre a prevenire numerose patologie come l'arteriosclerosi, le disfunzioni renali e l'invecchiamento cellulare. I peduncoli delle ciliegie hanno anche delle proprietà curative: si possono infatti realizzare decotti e tisane utili per purificare i reni e calmare la cistite. Le ciliegie non sono solo delle perfette alleate della nostra salute ma anche della nostra bellezza. Grazie alla presenza di caroteni e sali minerali, sono infatti il frutto ideale per proteggere la pelle dal sole e ottenere una tintarella naturale e omogenea. Quasi prive di calorie, le ciliegie possono essere consumate anche nell'ambito di diete ipocaloriche e nel regime alimentare dei diabetici.*



## *CARATTERISTICHE NUTRIZIONALI:*

*100 g di Ciliegie fresche apportano circa 63 calorie (91,7% carboidrati, 5,7% proteine, 2,7% grassi).*

### *Etichetta nutrizionale per 100 g di Ciliegie*

<i>Valore energetico (calorie)</i>	<i>63</i>	<i>kcal</i>
<i>Proteine</i>	<i>1,06</i>	<i>g</i>
<i>Carboidrati</i>	<i>16,01</i>	<i>g</i>
<i>Zuccheri</i>	<i>12,82</i>	<i>g</i>
<i>Grassi</i>	<i>0,2</i>	<i>g</i>
<i>Saturi</i>	<i>0,038</i>	<i>g</i>
<i>Monoinsaturi</i>	<i>0,047</i>	<i>g</i>
<i>Polinsaturi</i>	<i>0,052</i>	<i>g</i>
<i>Colesterolo</i>	<i>0</i>	<i>mg</i>
<i>Fibra alimentare</i>	<i>2,1</i>	<i>g</i>
<i>Sodio</i>	<i>0</i>	<i>mg</i>
<i>Alcol</i>	<i>0</i>	<i>g</i>





## IN CUCINA

### MARMELLATA DI CILIEGIE:

#### INGREDIENTI:

- 2 kg di ciliegie
- 750 gr di zucchero
- 1 limone



#### PREPARAZIONE:

*Questa ricetta prevede poco zucchero, se vi piace più dolce potete aggiungerne fino allo stesso peso delle ciliegie. Lavate, snocciolate e tagliate a metà le ciliegie. Versatele in una pentola abbastanza ampia e dai bordi alti. Aggiungete il succo di limone e cuocete per 20 minuti girando con un cucchiaino di legno o una spatola. Aggiungete lo zucchero e continuate a cuocere mescolando di tanto in tanto, cercando di schiacciare il più possibile con il mestolo le ciliegie. Di tanto in tanto togliete la schiuma che si formerà in superficie con l'aiuto di una schiumarola. Non appena le ciliegie si saranno sfaldate bene passate col passaverdura con il dischetto a fori medi, le ciliegie ancora calde. In questo modo si otterrà una marmellata liscia, ma con molto scarto. Se la si preferisce a pezzi, saltate questo passaggio. Rimettete a bollire la marmellata per più di 1 ora, girando frequentemente fino a che non si sarà addensata per bene. Per capire quando è pronta basta metterne un cucchiaino su di un piatto, inclinarlo e vedere come scivola via. Se è pronta non deve scivolare via velocemente. Sterilizzate i vasetti dove verserete la marmellata, chiudeteli e metteteli a raffreddare capovolti per creare il sottovuoto. Una volta freddi, conservateli in un luogo fresco e buio.*



## *CROSTATA ALLE CILIEGIE:*

*PER PASTA FROLLA SENZA GLUTINE (vedi pag. 18)*

*PER PASTA FROLLA RICETTA VEGANA (vedi pag. 19)*

*PER PASTA FROLLA*

*INGREDIENTI:*

- *250 gr di farina 00*
- *1 uovo intero*
- *1 tuorlo*
- *1 cucchiaino di lievito per dolci*
- *80 gr di burro*
- *100 gr di zucchero*



*PER LA CREMA PASTICCERA:*

- *4 tuorli*
- *15 gr di farina*
- *15 gr di maizena*
- *Buccia di limone*
- *500 ml di latte*
- *100 gr di zucchero*

*PER IL RIPIENO:*

- *170 gr di ciliegie*
- *Zucchero a velo*



## **PREPARAZIONE:**

*Preparate la pasta frolla. Nel mixer a lame amalgamate insieme la farina, il lievito, lo zucchero e il burro a pezzetti a temperatura ambiente fino a formare un composto a briciole. Unite l'uovo intero e il tuorlo e lavorate rapidamente fino a formare una palla di pasta. Avvolgetela in una pellicola e lasciatela a riposare in frigo per almeno mezz'ora. Per la crema pasticcera, in un tegame montate i tuorli con lo zucchero, aggiungete la farina e la maizena e mescolate amalgamando bene con un cucchiaio di legno. Aggiungete la scorza di limone, da togliere successivamente, e versateci pian piano il latte caldo. Mettete sul fuoco continuando a mescolare e lasciando sobbollire la crema per qualche minuto fino a quando non raggiungerà la giusta consistenza. Una volta pronta lasciatela raffreddare, quindi mettetela in un piatto e coprite la superficie facendoci aderire per bene la pellicola trasparente per evitare che si formi la pellicina. Tagliate a metà le ciliege e snocciolatele. Mettetele in una terrina e spolverizzatele con due cucchiaini di zucchero. Stendete la pasta frolla ad uno spessore di circa 1/2 cm, e mettetela in uno stampo da crostata di 24 cm con il fondo staccabile. Eliminate la parte eccedente, bucherellate tutto il fondo con una forchetta, quindi coprite la frolla con un foglio di carta forno bagnato e strizzato e riempitelo di legumi secchi o di riso. Cuocete in forno già caldo a 180° C per circa 30 minuti. Togliete dal forno la base della crostata, eliminate carta e contenuto (legumi o riso), e rimettete in forno per altri 10 minuti circa, finché la base non risulterà ben cotta. Togliete dal forno riempite la frolla con la crema pasticcera e decorate con le ciliegie, spolverizzandole alla fine con un po' di zucchero semolato. Rimettete in forno per altri 5 minuti. Sfornate la crostata, lasciatela intiepidire a temperatura ambiente, quindi mettetela in frigorifero. Prima di servirla spolverizzate con lo zucchero a velo.*



## *TORTA DI CILIEGIE:*

### *INGREDIENTI:*

- *1 Kg di ciliegie snocciolate*
- *3 uova intere*
- *80 gr . di zucchero di canna*
- *80 gr. di zucchero bianco*
- *70 gr. di burro*
- *150 gr. di farina 00*
- *lievito*
- *scorzetta di limone grattugiata*



### *PREPARAZIONE:*

*Preriscaldate il forno a 180°. Lavate e snocciolate le ciliegie. Imburrate uno stampo per torte di cm 26. Montate le uova con lo zucchero quanto basta per ottenere un composto morbido e soffice, aggiungete la farina, il lievito, la scorzetta del limone e alla fine le ciliegie. Versate il composto nello stampo. Infornate la torta a 180 per 40 minuti. Spegnete il forno, aprite leggermente lo sportello del forno e lasciate la torta ancora nel forno fino a quando si raffredda un po`. Quindi rigirla su un piatto di portata.*

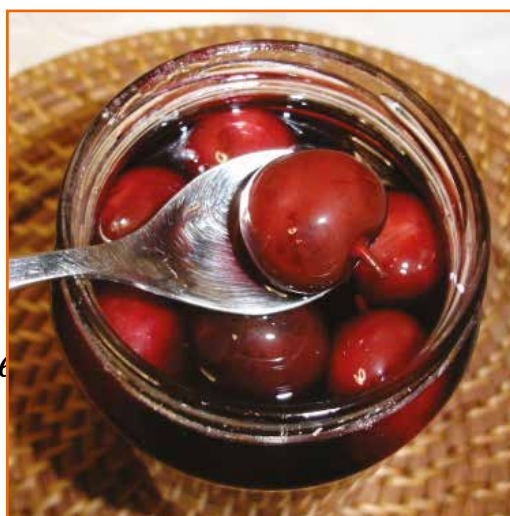




## CILIEGIE SOTTO SPIRITO:

### INGREDIENTI:

- 1 kg di ciliegie
- 200 gr di zucchero
- 500 ml di alcool puro a 95
- 3 stecche di cannella ( una per vasetto)
- 350 ml di acqua
- Chiodi di garofano(facoltativi)



### PREPARAZIONE:

*Lavate per bene le vostre ciliegie eliminando anche il gambo. Asciugatele per bene. Versate in un pentolino l`acqua e lo zucchero e fate bollire per qualche minuto, finché il liquido non sarà ben limpido. Inserite le ciliegie e la stecca di cannella all`interno di ciascun vasetto, avendo cura di posizionare i frutti molto stretti. I barattoli a differenza delle marmellate non hanno bisogno di essere sterilizzati, dato che l`alcool assolverà alle funzioni battericida e batteriostatiche. Una volta che lo sciroppo zuccherato si sarà raffreddato, unitelo all`alcool e versatelo all`interno dei barattoli di vetro. Riempite il barattolo fino all`orlo per ridurre al minimo l`ossidazione delle ciliegie. Chiudete ermeticamente i barattoli e lasciateli riposare in un luogo buio e fresco per almeno 40 giorni.*



## *PASTA FROLLA SENZA GLUTINE:*

*La pasta frolla senza glutine è una preparazione di base della classica pasticceria italiana ideata per tutti coloro che soffrono di intolleranza al glutine, quindi ottima per essere consumata in tutta tranquillità anche dai celiaci. La pasta frolla senza glutine è preparata con farina di riso e farina di mais, in sostituzione della classica farina 00.*

### *INGREDIENTI:*

- 250 gr di farina di riso
- 100 gr di farina di mais
- 125 gr di burro
- 2 uova ( o 4 tuorli )
- 1 cucchiaino di lievito per dolci



### *PREPARAZIONE:*

*Per preparare la pasta frolla senza glutine riunite in un mixer la farina di riso e quella di mais con il burro freddo a pezzi; frullare al punto da ottenere un impasto dalla consistenza sabbiosa.*

*Ora aggiungete lo zucchero, le uova ed il lievito e frullate ancora; basteranno pochi secondi per compattare l`impasto. Quando l`impasto sarà abbastanza compatto trasferitelo sulla spianatoia infarinata (con altra farina di riso) e lavoratelo velocemente con le mani per formare un panetto compatto; quindi avvolgetelo in una pellicola e lasciatelo riposare in frigorifero per circa 40 minuti (per permettere al burro di solidificarsi). A questo punto la pasta frolla senza glutine è pronta per essere utilizzata nelle vostre ricette!*

*N.B. La pasta frolla senza glutine non ha bisogno di aromi aggiuntivi, in quanto le farine utilizzate conferiranno già un buon sapore all`impasto. Se preferite una pasta più gialla utilizzate 4 tuorli invece delle 2 uova intere.*



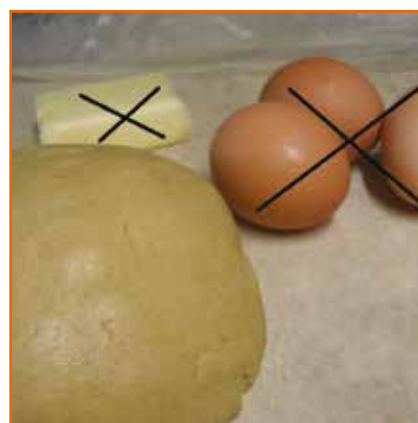
## *PASTA FROLLA RICETTA VEGANA:*

*La pasta frolla vegana, realizzata con l'olio invece del burro, è la base perfetta per i vostri dolci!*

*Si tratta di una pasta frolla rigorosamente senza burro, leggera e friabile con cui potrete realizzare biscotti e torte buone ma leggere. In pochi minuti avrete pronta una pasta frolla vegana golosissima!*

### *INGREDIENTI:*

- 130 ml di olio di mais*
- 200 ml di acqua salata*
- scorza di un limone biologico*
- 90 gr di zucchero integrale*
- 300 gr di farina semi integrale*



### *PREPARAZIONE:*

*Per preparare la pasta frolla vegana si devono innanzitutto miscelare i liquidi: in un'ampia ciotola mettete quindi l'olio di mais e dell'acqua leggermente salata.*

*Emulsionate bene i due liquidi aiutandovi con una frusta, aggiungete la buccia grattugiata del limone: fate attenzione a mettere solo la parte gialla e non quella bianca che è leggermente amarognola.*

*Aggiungete poi lo zucchero di canna, la farina e incominciate ad impastare: continuate a lavorare l'impasto fino a quando otterrete un composto omogeneo.*

*Prima di utilizzare la pasta frolla vegana ricordatevi di lasciarla riposare in frigo per almeno una trentina di minuti.*



***FONTI REPERIMENTO INFORMAZIONI:***

*www.wikipedia.org*

*www.dietabit.it*

*www.ricettedellanonna.net*

*www.ricettedalmondo.it*

*www.leitv.it*



25017 Lonato del Garda (Brescia) ITALY - Via Molini,3

Tel. +39 030 9130132 r.a. - Fax +39 030 9132488 - [www.vivaiodeimolini.it](http://www.vivaiodeimolini.it) - [info@vivaiodeimolini.it](mailto:info@vivaiodeimolini.it)

