ANNO XXXVI - NUMERO 311 - 6 NOVEMBRE 2026

WIGWAM NEWS



c/c Postale n. 15685357 **intestato a Associazione Clubs Wigwam Italia**
o con bonifico a **IBAN IT16 T076 0112 1000 0001 5685 357**



Manuel Basello
di anni 18
di Castions di Strada (Ud)

Lavoro finalista del
Premio Wigwam Stampa Italiana 2026
"Giovani comunicatori per Comunità resilienti"
redazione@wigwam.it

In collaborazione con

BELLO NON PERFETTO, PREZIOSO PER NATURA: SALVIAMO IL BROCCOLO FRIULANO

Il broccolo friulano non è solo una verdura, ma una vera testimonianza storica del Friuli-Venezia Giulia. Nacque tutto nel 1816, chiamato l'anno senza estate (probabilmente a causa dell'eruzione vulcanica del Tambora) seguito dalle note carestie del 1817.

Lo storico **Gianni Colledani** diceva che, mentre altre colture marcivano o gelavano, il broccolo friulano resisteva, diventando la base della dieta contadina; infatti, per tutto l'800 e 900 è stato l'ortaggio che ha permesso alle popolazioni della Val Cosa di superare l'inverno. La storia di questo ortaggio è scritta sul ghiaccio. A differenza di altre varietà ha sviluppato una difesa biologica unica come gli zuccheri antigelo.

Non esiste un'unica varietà di broccolo friulano, ma diverse selezioni locali, come il broccolo di Castelnovo del Friuli che viene coltivato da secoli ed è, ad oggi, un prodotto agroalimentare tradizionale e il broccolo d'Orzano, che è una varietà che rischiava di sparire ed oggi è protetta dall'Arco del Gusto Slow Food.

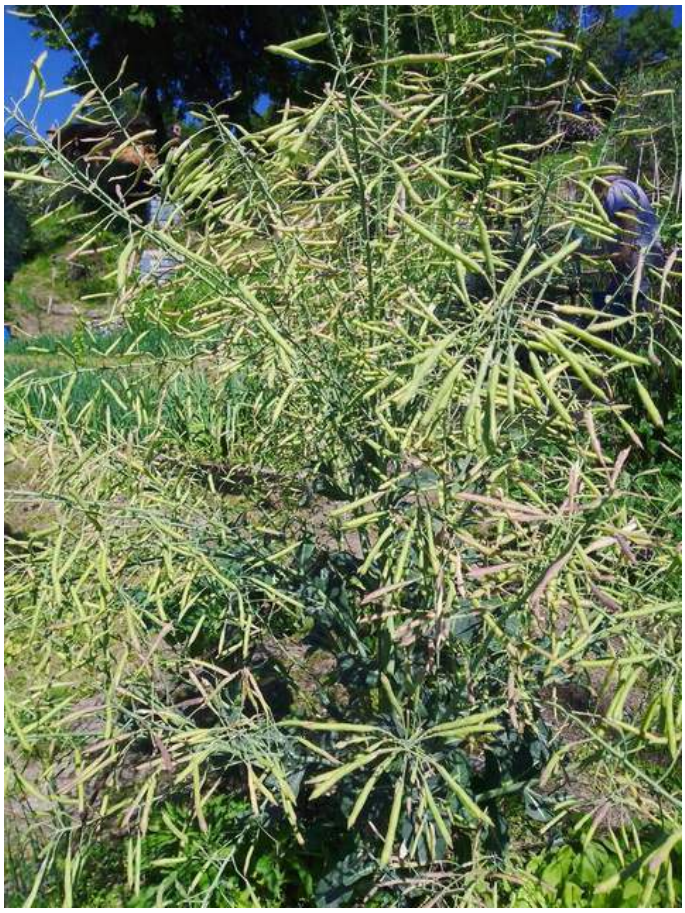
Il broccolo friulano si differenzia da quello attuale che si trova al supermercato sotto molti punti di vista.

Innanzitutto l'aspetto; infatti, il broccolo friulano assomiglia molto a una piantina di cavolo da foglia, poi il ciclo vitale e la sua resistenza, infatti, il broccolo friulano si può definire un atleta del gelo, infine per il gusto, altra caratteristica fondamentale; infatti, il broccolo friulano ha un retrogusto di nocciola.



La Comunità Locale Wigwam di Udine

WIGWAM®NEWS Newsletter of the Wigwam® - Periodico quindicinale. - Registrazione Tribunale di Padova N.1198 del 24.02.1990
Direttore Responsabile: **Efrem Tassinato** Redazione e Grafica: **Anita Tassinato**
Redazione—Via Porto, 8—35028 Piove di Sacco (Pd) - Tel. +39 049 9704413 - redazione@wigwam.it - www.wigwam.it





Al giorno d'oggi il broccolo friulano è diventato un prodotto di punta tradizionale perché è unico, grazie anche a un gruppo di agricoltori che hanno rifiutato i semi industriali. È vero che molti consumatori oggi fanno ancora fatica ad accettarlo, perché a colpo d'occhio è meno pulito e meno perfetto rispetto a quello imbustato nel cellophane, però c'è ancora qualcuno che segue la tradizione e lo acquista consapevolmente perché magari gli ricorda la sua infanzia o magari perché è un prodotto tipico di una determinata zona che è possibile trovare solamente tre mesi all'anno; purtroppo, però, la maggioranza dei consumatori non premia questa varietà.

Le caratteristiche qualitative di questo prodotto sono molte, ma le principali sono il ciclo colturale lungo, infatti richiede almeno 120-150 giorni dalla semina alla raccolta, la resa per pianta che è molto inferiore rispetto alle varietà commerciali perché invece di fare una grande testa fa molta massa fogliare.

Un'altra caratteristica qualitativa tipica può essere la densità d'impianto, perché richiede almeno 50-70 centimetri di spazio da una pianta all'altra, così da permettere la circolazione dell'aria.

Le caratteristiche quantitative sono tante ma le principali sono la concentrazione di zuccheri, perché, grazie alle basse temperature, gli amidi si trasformano proprio in zuccheri e infine la qualità alla vista, cioè il suo colore verde scuro con sfumature violacee. In Friuli-Venezia Giulia si ha una grande vastità di scelta su come poter cucinare e consumare il broccolo friulano: le più comuni sono il broccolo friulano in "tecja" e la pasta con il broccolo friulano e la salsiccia.

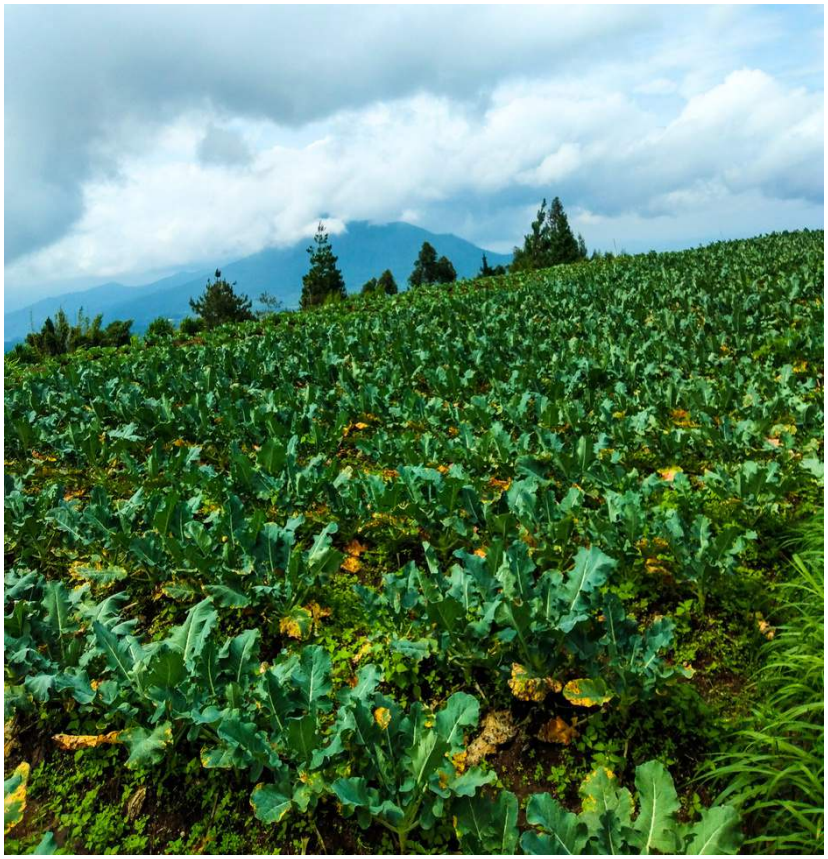
BROCCOLO FRIULANO IN TECJA

Gli ingredienti che si usano per fare il broccolo friulano in tecja sono il lardo, il brodo, la cipolla, il sale, il pepe e chiaramente il broccolo friulano.

Per quanto riguarda la preparazione si fa in questo modo: si prende un tegame bello fondo e si fa sciogliere il lardo insieme alla cipolla a fuoco lento. Successivamente si taglia in pezzetti il broccolo e si butta nello stesso tegame con aggiunta di sale e pepe, mescolando il tutto ogni tanto.







Alla fine, si abbassa la fiamma al minimo, si versa il brodo, si copre con il coperchio e si lascia cucinare per circa 30 minuti; se è veramente pronto, il broccolo sarà morbido, altrimenti si lascia cuocere ancora un paio di minuti fino a quando avrà una consistenza tenera.

PASTA CON BROCCOLO FRIULANO E SALSICCIA

Gli ingredienti che si usano per fare la pasta con il broccolo friulano e la salsiccia sono la salsiccia, il formaggio grattugiato, olio, aglio, peperoncino e sicuramente il broccolo friulano.

Per quanto riguarda la preparazione, si fa in questo modo: la prima cosa da fare è pulire i broccoli e farli sbollentare in acqua per circa 5 minuti, successivamente in un'altra padella si mescolano olio, aglio e peperoncino, così da creare un soffritto; dopo si taglia e si aggiunge la salsiccia facendola cuocere fino a quando non diventa croccante, quindi si scolano i broccoli, si mettono nella padella con la salsiccia, si fa saltare il tutto per qualche minuto, infine si mette la pasta nell'acqua usata per far sbollentare i broccoli.

Quando questa è al dente si scola e si immerge nella padella con il resto, si aggiunge il formaggio e il piatto è pronto.

In conclusione, il broccolo friulano rappresenta molto più di un semplice ortaggio, è un simbolo di resistenza e identità culturale.

Mangiando il broccolo friulano, non si consuma solo una verdura, ma si partecipa a un rito antico che celebra la pazienza dell'aspettare il gelo e la della sapienza dei contadini.

Ringrazio *"Le Rivindicules"* che mi hanno permesso di intervistarli e per avermi dato il il consenso di pubblicare le foto

© Riproduzione riservata