

Pepino, una “Super” Solanacea

written by Rivista di Agraria.org | 2 settembre 2018

di Flavio Rubecchini

Il pepino (*Solanum muricatum*) è una solanacea originaria del Sud America, più precisamente della zona andina. In Italia è ancora poco conosciuto e viene chiamato come melone pepino, mentre in Sud America è comune trovarlo in vendita per le strade con il nome di pepino o cachuma.

È una pianta perenne ma viene generalmente coltivata come annuale; con portamento di arbusto raggiunge un'altezza massima di 0,8 metri- 1 metro. Le radici sono molto ramificate non molto spesse e non molto profonde. Produce un'abbondante massa fogliare di colore verde chiaro: le foglie sono di forma lanceolata e leggermente concave. Il fusto erbaceo, è di colore verde chiaro con alcune macchie scure nella zona dei nodi (alcune varietà presentano una elevata pigmentazione su tutto il fusto).

I fiori, sono ermafroditi, autocompatibili, autogami, riuniti in racemi pseudo-terminali in numero da 5 a 20; in pieno campo vengono impollinati da insetti e dal vento mentre in caso di coltivazione in ambiente protetto bisognerà provvedere all'impollinazione manuale. La colorazione del fiore è fortemente influenzata dalle condizioni ambientali, variando dal bianco al violetto.



Fiori di *Solanum muricatum* (fonte goodlifepermaculture.com)

Il frutto, è una bacca, di forma ovoidale con colore di fondo giallo ocra, verde e lievi striature color marrone o porpora. Al centro del frutto vi sono i semi (molto piccoli un grammo di semi ne contiene 900), anche se non mancano le varietà con frutti partenocarpici.



Frutti a vari stadi di maturazione (fonte goodlifepermaculture.com)

A livello di coltivazione risulta una pianta abbastanza rustica: predilige climi temperati e la piena esposizione al sole. Poiché teme le forti gelate, la coltivazione in pieno campo in Italia è realizzabile in buona parte del meridione, dove le temperature invernali non risultano mai essere troppo rigide; in climi più severi, è possibile tuttavia la coltivazione in serra e in vaso. Risulta infine sofferente a venti forti.

Predilige terreni fertili, ben drenati, sciolti, risultando molto resistente all'eccesso di umidità. Si adatta bene a qualsiasi livello di pH. Il terreno deve essere preparato prima dell'inverno con una aratura poco profonda (< di 20 cm). In febbraio-marzo, passato il rischio di gelate si trapiantano le piantine di pepino in pieno campo con un sesto di impianto di 0,5x1,5 metri. Per la propagazione viene sconsigliato il seme visto l'alto livello di eterozigosi: sono da prediligere le talee, per mantenere inalterate le caratteristiche produttive e organolettiche. Le talee ottenute da rami di un anno di circa 20 centimetri, emettono radici con molta facilità e devono essere preparate un mese prima del trapianto in pieno campo.

Successivamente all'impianto, sarà opportuno irrigare il pepino nei periodi più siccitosi: vista la superficialità delle radici mantenere un buon livello di umidità nel terreno risulterà fondamentale anche se il pepino resiste molto bene al deficit idrico. Una pratica molto utile per il mantenimento dell'umidità è sicuramente la pacciamatura.

Vi sono molte varietà di pepino, ma tra le più note si possono annoverare sicuramente:

- Puzol: pianta che produce molto, frutto allungato indicato per il consumo fresco.
- Turia pianta di grande produzione con frutto ovale e di media dimensione. Utilizzato soprattutto per le insalate.
- Valencia pianta dalla produzione medio alta, frutto molto allungato e molto profumato usato per succhi, gelati e confetture.

Il pepino non ha particolari esigenze nutritive, ma sicuramente la somministrazione di potassio, in prossimità della fioritura (che avviene circa dopo 2 mesi dal trapianto), risulta utile per migliorare la qualità dei frutti.

Da un punto di vista patologico il pepino risulta poco suscettibile: solo in climi particolarmente umidi si sono verificati attacchi di *Alternaria spp.* e *Fusarium spp.*. A livello entomologico risulta suscettibile soprattutto al ragnetto rosso (*Tetranychus urticae*), che causa la caduta della foglia e talvolta può attaccare il frutto. Da non sottovalutare infine, tra le virosi, il virus del mosaico del pomodoro, che molto spesso attacca il pepino: in questi casi si noteranno delle macchie necrotiche apparire sulle foglie e successivamente avverrà la morte della pianta; è utile eliminare tutto il materiale contagiato, avendo cura di bruciare i resti delle piante malate o morte.

La raccolta viene eseguita manualmente e si svolge nel mese di maggio - giugno. A seconda delle condizioni pedoclimatiche e gestionali le produzioni possono toccare anche le 100 tonnellate a ettaro; di norma si attestano comunque sulle 40 -60 tonnellate a Ha. Si conserva a temperatura ambiente per circa 15 giorni, mentre a temperature di 5°C può arrivare anche a 70 giorni.

In cucina viene utilizzato spesso in insalate ma viene consumato anche come frutta fresca. Le varietà più aromatiche, vengono impiegate nella preparazione di confetture, gelati e succhi di frutta. A livello nutrizionale il pepino risulta ricco di potassio, utilissimo a livello intestinale e nel contrastare l'ipertensione. Risulta particolarmente ricco di magnesio, calcio, e rame con conseguenti benefici per il sistema nervoso e le ossa. Apporta inoltre le vitamine: A, B, C, K e il Beta-carotene.

Ha un basso apporto calorico, dalle 15 alle 23 calorie ogni cento grammi di frutto: ciò rende il pepino indicato per i diabetici, gli obesi, i cardiopatici, le persone sofferenti di malattie epatiche o più in generale di disturbi all'apparato digerente. Infine, è stato riscontrato da molti ricercatori che i composti fitochimici presenti nel frutto presentano elevate potenzialità antitumorali ed inibiscono il colesterolo cattivo a vantaggio di quello buono.

Flavio Rubechini perito agrario specializzato in viticoltura ed enologia, ha lavorato per aziende sia viti-vinicole che ad indirizzo misto in Sicilia, Toscana e Veneto. Si specializzato nei superfrutti, dalla loro coltivazione alla loro commercializzazione ed ha seguito corsi alla Massey University in Nuova Zelanda. Attualmente è imprenditore agricolo in Sicilia. E-mail: flaviorubechini@icloud.com