

Il melograno è l'albero delle melagrane. **La melagrana è il frutto** del melograno.



IL MELOGRANO è originario dell'Asia Occidentale, diffuso tra medio oriente e Mediterraneo. Molte culture antiche lo apprezzavano, come quella greca e babilonese. Gli antichi consideravano il suo frutto 'miracoloso' e simbolo di fertilità e abbondanza, sia per le migliaia di semi sia per il fatto che una **pianta** genera centinaia di frutti. L'albero cresce bene su terreni poveri e aridi, con estati molto calde e inverni freddi. Può arrivare fino a 8 metri di altezza, ma generalmente viene mantenuto piuttosto basso.

I **fiore** sbocciano in primavera, sono rossi, grandi e molto belli.



I suoi frutti, le **MELAGRANE** sono delle bacche grandi, con una scorza molto spessa e dura. All'interno ci sono i semi, tra 200 e 1500, immersi in una polpa rossa, succosa e dolce, e una membrana bianca molto ricca di fibra.

Il suo nome, dal latino 'malum' e 'granatum', significa 'mela con i semi'. Gli italiani amano decorare la tavola con i frutti rossi a Natale.

La melagrana ha importanti proprietà benefiche perché è ricca di **vitamina A e C, acqua, fibre, fruttosio, sali minerali e sostanze antiossidanti**. Aiuta la digestione, la depurazione dell'organismo, fa bene alla pelle, ai capelli, alle ossa, al sangue, al cuore, allo stomaco e all'intestino.



I **chicchi** (semi) sono utilizzati in cucina per decorare piatti a base di carne o pesce, oppure per aromatizzare le insalate.



Il **succo** si ottiene spremendo il frutto o schiacciando i semi. E' dolce e rinfrescante e può essere usato per preparare bevande, dolci e sciroppi. In Italia è molto apprezzata la **granita**, preparata con ghiaccio tritato e succo.



E' anche possibile utilizzare il succo per cuocere il riso. Nella **cucina orientale** la melagrana è base per numerose ricette e la polvere dei semi tritati è una spezia chiamata *anardana* usata in **India e Pakistan**. I chicchi sono presenti in molte ricette della **cucina iraniana**.



Proserpina, Dante Gabriele Rossetti, 1874

Qualcosa in più...

(B1, B2 – argomenti: L'uso del passato remoto nel racconto; la mitologia come rappresentazione; il mistero della vita e della morte nella cultura occidentale; la natura appassisce in inverno per poi rifiorire in primavera).

Il mito di Proserpina

Era una **melagrana** il frutto che Ade (dio degli Inferi) utilizzò per attrarre Proserpina e tenerla come sua eterna sposa.

Un giorno, Proserpina passeggiava con la madre (la dea Demetra, o Madre Terra) e le sorelle in un campo pieno di fiori. All'improvviso passò un carro d'oro trainato dalle cavalle immortali del dio Ade il quale, vista la fanciulla, se ne innamorò e volle portarla con sé negli Inferi contro la sua volontà. Lei tentò di fuggire ma non vi riuscì. Demetra, disperata, la cercò per nove giorni e nove notti. Giove (re di tutti gli dèi) ebbe compassione di tanto dolore e riportò in vita - solo in parte - la fanciulla: soltanto in primavera ed estate Proserpina poteva tornare sulla terra, mentre il resto del tempo era costretta a trascorrerlo nel regno dei morti, come sposa del dio Ade e regina del Inferi.