

ISTRUZIONI DI COLTIVAZIONE: CECE

(*Cicer arietinum* L.)



Famiglia: *Fabaceae*
Sottofamiglia: *Faboideae*
Genere: *Cicer*



ORIGINE

Insieme a lenticchie, piselli, veccia, lino, grano e orzo, i ceci sono conosciuti come una delle più antiche piante coltivate. Sono stati addomesticati nella Mezzaluna fertile circa 10.000 anni fa. Il progenitore selvatico *C. reticulatum* si trova nella Turchia sudorientale come pianta annuale invernale. Nella prima età del bronzo i ceci iniziarono a essere coltivati come coltura primaverile. I Greci e i Romani diffusero questa coltura in tutta Europa. Oggi i ceci sono coltivati principalmente in zone a clima mediterraneo e subtropicale. Il maggior produttore mondiale di ceci è l'India.



CARATTERISTICHE VEGETATIVE E GENERATIVE

- Esistono due tipi di ceci:
Tipi Desi: fiori viola e violetti, strato esterno dei semi di colore scuro, semi angolari.
Tipi Kabuli: fiori bianchi, strato esterno del seme color crema, seme rotondo più grande.
- **Annuale.**
- **Germinazione:** ottimale a 10-15 °C, minima 0 °C. La temperatura del terreno deve essere di almeno 7 °C. La germinazione avviene tipicamente dopo circa una settimana.
- Altezza della pianta: da 40 cm a 100 cm.
- **Foglie:** foglie alternate sul ramo; 5-8 coppie di foglioline formano una foglia; le foglioline si ripiegano quando sono secche.
- **Fiore:** autoimpollinazione; i primi fiori compaiono circa 40 giorni dopo l'impianto.
- **Fusto:** ramo primario con ramificazioni laterali a più livelli; portamento più espanso quando c'è più spazio.
- **Radice:** radice a fittone profonda più di 1 m; poche radici laterali principalmente vicino alla superficie. Con l'aggiunta di batteri specifici, si possono formare noduli per fissare l'azoto atmosferico.
- **Baccelli:** lunghi 1 - 2 cm. I tipi desi contengono fino a 3 semi, i tipi kabuli in genere un solo seme. I baccelli diventano secchi e i semi si staccano dalla parete del baccello quando sono pronti per essere raccolti. I baccelli maturi fanno rumore quando vengono scossi.
- **Semi:** inizialmente verdi, poi di colore specifico quando sono maturi; tipo desi con rivestimento del seme di colore scuro e forma angolare, tipo kabuli di colore crema e forma rotonda.
- **Ghiandole:** sono pelose, espellono acidi organici e possono colorare i tessuti o corrodere le scarpe di cuoio.
- **Crescita:** indeterminata. Le piante continuano a crescere quando le condizioni lo permettono. Hanno bisogno di stress (ad esempio, siccità) per iniziare la maturazione e maturano solo in climi caldi e secchi.



CLIMA E SUOLO

- Terreno argilloso ben drenato (no argille pesanti o terreni acidi).
- Elevato fabbisogno idrico durante la germinazione, ma sensibile al ristagno idrico.
- Clima caldo - sensibile a temperature inferiori a 15 °C e superiori a 35 °C durante la fioritura.
- Posizione soleggiata e ventilata.



PRATICHE DI COLTIVAZIONE

- **Periodo di semina:** nel clima mediterraneo da gennaio a marzo; in Europa centrale da metà aprile a metà maggio.

- **Temperatura del terreno:** 7 °C ottimale per la germinazione.
- **Distanza tra le piante:** circa 8-10 cm.
- **Distanza tra le file:** circa 30-50 cm.
- **Profondità di semina:** 4 - 5 cm, più profonda in caso di mancanza di umidità superficiale.
- **Intervallo di coltivazione:** coltivare i ceci solo ogni 5-6 anni in un unico luogo.

Consigli:

- I ceci sono molto sensibili ai ristagni d'acqua. È opportuno evitare luoghi molto umidi o terreni pesanti.
- La fissazione dell'azoto è possibile solo in presenza di batteri specifici per il cece. I batteri possono essere aggiunti come inoculo durante la semina. Le piante produrranno anche senza i batteri.
- A differenza di altre leguminose, non è necessario un supporto per la pianta



PARASSITI E MALATTIE

- **Ascochyta blight:** malattia fungina che provoca lesioni rotonde di colore marrone, si diffonde rapidamente in condizioni di umidità, le spore sopravvivono sui residui vegetali per diversi anni, l'infezione può essere trasmessa dai semi.
- **Muffa grigia Botrytis:** si sviluppa in condizioni di caldo e umidità, malattia trasmessa dai semi.
- **Marciume radicale:** tipicamente radici nere e foglie gialle, favorito da condizioni di umidità.
- **Bollworm del cotone e del mais** (*Helicoverpa armigera*/*Helicoverpa zea*): le larve penetrano nel baccello e mangiano il seme, altri ospiti sono il mais e il pomodoro.



RACCOLTA E UTILIZZO

- **Foglie:** Le foglie verdi possono essere utilizzate come verdura da foglia, se lavate e cotte.
- **Semi immaturi:** I ceci possono essere raccolti quando raggiungono la piena dimensione ma sono ancora verdi; si consumano tipicamente arrostiti o come verdura; i semi verdi possono essere digeriti anche crudi.
- **Semi maturi:** I ceci devono essere raccolti quando l'intera pianta è secca e i semi ronzano nel baccello. Nel Mediterraneo i ceci si raccolgono in genere tra luglio e l'inizio di agosto. In Europa centrale la raccolta può avvenire tra la fine di agosto e la metà di ottobre.
- È importante lasciare che i semi si asciughino ulteriormente (ad esempio, spargendoli) prima di utilizzarli o conservarli.

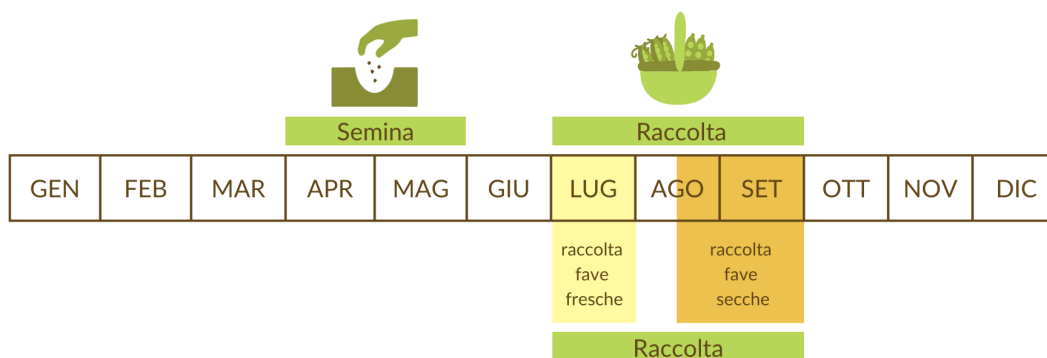
- È importante mettere sempre a bagno i semi maturi in acqua per una notte prima di prepararli. All'inizio della bollitura si consiglia di rimuovere la schiuma superficiale con un mestolo.



INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

- Il contenuto proteico dei ceci secchi è del 20-25%.
- I ceci contengono circa il 5-6% di grassi, una percentuale notevolmente superiore a quella di molti altri legumi.
- La conservazione deve avvenire in un luogo buio, asciutto e fresco (< 20 °C), soprattutto quando vengono utilizzati per la semina.
- Lo strato dei semi si scurisce con il tempo. Il processo è accelerato se non viene conservato in condizioni di buio, asciutto e freddo.

CALENDARIO



Il calendario sopra riportato si riferisce alla zona dell'Europa centrale. Nella zona mediterranea, i ceci vengono seminati da gennaio a marzo, mentre la raccolta dei ceci secchi avviene tra luglio e l'inizio di agosto.



Il Global Bean project è una rete europea e mondiale per promuovere ed espandere l'uso dei legumi nelle nostre cucine e la loro coltivazione nei nostri giardini e campi.

See further information, authors and references online:

info@globalbean.eu
www.globalbean.eu



Supported by:



based on a decision of the German Bundestag