

Lampone (*Rubus idaeus* L.)

ASPETTI BOTANICI

Il lampone appartiene alla famiglia delle Rosacee. La pianta, un arbusto alto 60-150 cm, si caratterizza per dei fusti sub-eretti o arcuati, cilindrici, verdi o bruno-rossicci, pruinosi, provvisti di piccoli aculei di colore violetto. I fusti hanno durata biennale: i germogli di un anno, glabri ed erbacei, sono chiamati polloni, quelli di due anni tralci fruttiferi.

Le foglie sono stipolate, con picciolo spinoso, pennato-composte con 3-5-7 foglioline ovato-lanceolate con margine seghettato, cosparse di peli semplici o stellati molto corti, hanno la pagina superiore di colore verde chiaro e quella sottostante bianco tomentosa.

I fiori costituiti da 5 sepali, 5 petali bianchi e da numerosi stami e pistilli sono quelli tipici delle rosacee e sono raccolti in numero di 2-5 in brevi cime racemose.

Il frutto, pendulo, globoso, è una polidrupa formata da numerose drupeole, rosse a maturità (luglio- settembre), che vengono disperse dagli uccelli.

L'apparato radicale è superficiale e perenne.

Circa il modo e l'epoca di fruttificazione si distinguono lamponi uniferi (che fioriscono in un'unica epoca) e lamponi rifiorenti o biferi.



UTILIZZAZIONE

Oltre che come frutto fresco il lampone trova crescente impiego in diversi altri settori alimentari (bevande, liquori e distillati, industria dolciaria), nell'industria farmaceutica e in cosmetica.

- I frutti sono particolarmente ricchi di vitamina C oltre che di zuccheri, mucillagini e sali minerali e possiedono spiccate proprietà rinfrescanti e lassative. Il succo di lampone unito a quello di ribes, dà uno sciroppo che può essere utilizzato come rinfrescante ed è anche consigliato nella scarlattina, nel morbillo, negli imbarazzi intestinali, nelle infiammazioni urinarie e nelle febbri biliose. Contengono numerosi principi attivi: oli essenziali, acidi organici (citrico

e malico), zuccheri, antociani, vitamine, tannini, pectine e polifenoli. I polifenoli conferiscono ai frutti ottime proprietà generali antinfiammatorie e protettive dei capillari sanguigni, che vengono sfruttate per uso esterno, come lenitivi della pelle infiammata e delle gengive irritate e facili a sanguinare, per uso interno invece, quali diuretici e regolatori delle funzioni intestinali. In campo cosmetico le proprietà vitaminizzanti e astringenti dei lamponi vengono sfruttate per preparare maschere utili a curare le pelli sensibili.

- Le foglie, grazie all'elevato contenuto di tannini, hanno proprietà astringenti, diuretiche, lassative e digestive. Sono utili nelle ferite (uso esterno), nelle infiammazioni della gola e nelle ulcere boccali, nei disturbi renali, nella stipsi e nelle mestruazioni dolorose. Sono state incluse tra i rimedi contro i reumatismi, come depuratori e diuretici. I preparati a base di foglie sono inoltre impiegati nel settore liquoristico, delle bevande, dei prodotti dolciari e nel settore farmaceutico come correttivi dell'odore e del sapore.

CLIMA E TERRENO

Potendolo ritrovare spontaneo fino a 1500 m di quota, il lampone selvatico è una pianta rustica. Tuttavia le varietà coltivate hanno perso gran parte di questa originaria rusticità e risultano particolarmente esigenti dal punto di vista climatico. Soffrono il freddo prolungato particolarmente se accompagnato da vento, per la disidratazione che essi causano ai polloni. Il lampone preferisce i suoli ricchi di sostanza organica, ben drenati, ma con buona disponibilità idrica ed un pH sub-acido.

TECNICA COLTURALE

Scelta varietale

Per il lampone sono disponibili svariate cultivar sia unifere che riflorenti. Si consiglia l'utilizzo di varietà riflorenti per la produzione di foglie per tisana e frutti in quanto la loro gestione è meno onerosa in termini di mano d'opera

Preparazione del terreno e concimazione di fondo

Per motivi di ordine fitosanitario, si consiglia di effettuare i nuovi impianti su terreni che non abbiano ospitato di recente colture di fragola.

Il terreno va preparato con un'aratura eseguita a 30-40 cm di profondità e con un apporto di fertilizzanti organici e minerali dosati e scelti in funzione delle analisi fisico-chimiche del terreno. In generale mediamente su 100 m² occorre interrare 5-8 q/100 di letame maturo contemporaneamente a 2 kg di fosforo e 2 kg di potassio.

Concimazione di mantenimento

Importante è ripristinare ogni 2-3 anni la dotazione organica, ricorrendo a letame maturo nelle dosi di 2-4 q/100 m².

Esempio di concimazione minerale su 100 m² per una coltura intensiva:

- ripresa vegetativa 3-4 Kg complesso 12-8-25-5
- inizio comparsa boccioli 2-3 Kg complesso 12-8-25-5
- metà fioritura 1-2 Kg nitrato di calcio

I concimi minerali possono essere apportati sia tramite fertirrigazione che a spaglio. In tutti i casi è necessario effettuare più interventi frazionati.

Impianto

L'epoca coincide con il riposo vegetativo e va da novembre ad aprile. Le distanze d'impianto dipendono dal materiale vegetativo a disposizione, dalla natura del suolo, dal vigore delle cultivar e dal sistema di allevamento.

In generale le piante si pongono a 20-30 cm di distanza una dall'altra, in file distanti circa 2,5 m (2- 1,3 piante/ m²).

Cure colturali

Nel lampone, per la superficialità dell'apparato radicale e per la sensibilità all'asfissia, la regolazione dell'irrigazione è particolarmente importante, in quanto le carenze idriche possono portare a minor sviluppo vegetativo e a riduzione della pezzatura dei frutti con risvolti negativi sulla produzione. In coltura protetta possono essere sufficienti apporti irrigui pari a 2-4 hl/100 m².

Per eliminare i polloni che crescono in maniera disordinata nei filari, è preferibile effettuare delle lavorazioni meccaniche a 8-10 cm di profondità.

MALATTIE E PARASSITI

Il Cancro del fusto (*Didymella applanata*) provoca la comparsa di macchie viola sui fusti sotto il punto di inserzione delle foglie. Per prevenire la malattia è necessario tenere la vegetazione non troppo fitta.

L'Antonomo (*Antonomus rubi*) depone le uova nei bottoni fiorali e lesiona il peduncolo, provocando il disseccamento del fiore.

RACCOLTA E RESE

I lamponi sono frutti delicati che vanno raccolti tempestivamente, se possibile, nelle ore più fresche della giornata e con molta cura perché si deteriorano rapidamente. In un buono impianto si possono ottenere produzioni di 100-120 kg/100 m².

Le foglie del lampone per utilizzo erboristico (tisane) vanno raccolte nella tarda estate, prima che ingialliscano. Se il tempo è buono, l'essiccazione si può fare anche all'aria, sotto una tettoia. Le foglie, essiccate e anche sminuzzate vengono aggiunte alle tisane, non sempre però il gusto risulta gradevole e l'alto contenuto di tannini può creare bruciori di stomaco alle persone sensibili.

Scheda a cura di Antonio Pititto

Fonti bibliografiche:

Abraham Einrich: 2010. Comunicazione personale.

Bounous Giancarlo 1996 – Piccoli frutti- Frutticoltura Moderna Bologna.

Agnolin Claudio 2007 – La coltivazione dei Piccoli Frutti in Trentino.

Atti del convegno "Lampone, More, e altri piccoli frutti Trento 4-5 giugno 1987

Atti dell'incontro frutticolo "Lampone, Rovo, mirtillo, ribes: possibilità di coltura e prospettive di commercializzazione" Cuneo 11-11- 1987.