

## La pasta di Gragnano con i prodotti di stagione, più buona e più sana



Mancano 21 giorni all'inizio dell'autunno e in effetti l'aria comincia a cambiare. Le serate si stanno rinfrescando, le giornate si accorciano rapidamente, in poche parole ci sono i primi segni del cambio di stagione. Ma questi segni si vedranno anche sui banchi di frutta e verdura?

Qualche settimana fa, leggendo un post di [Katie Parla](#) – storica del cibo e giornalista freelance americana che vive in Italia – ho riflettuto per l'ennesima volta sull'importanza del rispetto delle stagioni, un tema del quale avevo già parlato qualche tempo fa ( [nel post del calendario ortofrutticolo di Eataly e Slow Food](#) ), ma che vale la pena affrontare nuovamente, ora che ci avviciniamo ad una nuova stagione.

Come forse avrete notato, spesso nelle ricette che pubblico su questo blog sottolineo l'importanza della qualità della materia prima per il raggiungimento di un buon risultato finale, sia nel caso di una ricetta complessa che per le preparazioni più semplici e quotidiane. E se parliamo di ortaggi e frutta, la qualità si traduce essenzialmente in stagionalità, nella raccolta al giusto grado di maturazione, nella freschezza del prodotto della terra, che significa in pratica profumi più intensi e sapori caratteristici.

Essere consapevoli nella scelta dei prodotti vuol dire anche sostenere l'agricoltura locale, inquinare meno, consumare prodotti dalle qualità nutritive migliori.

Ricordatevi allora che – compatibilmente alle condizioni climatiche effettive – troverete delle buone melanzane ancora per un mesetto, stesso destino per i peperoni, ma in compenso da settembre potrete ricominciare ad acquistare del buon sedano, zucca, uva, frutta secca in

guscio...

Le mie ricette con [la pasta di Gragnano del Pastificio dei Campi](#) continueranno il più possibile a seguire questo andamento, per ora quindi vi rimando ancora alle ricette dell'[estate](#), ma da fine settembre inizieranno gli aggiornamenti di quelle autunnali!